

Tartu Ülikool  
Sotsiaalteaduste valdkond  
Haridusteaduste instituut  
Õppekava: Kasvatusteadused

Pilleriin Salum  
TÖÖKLUBI PROGRAMMI MÕJU 16–29-AASTASTE TÖÖTUTE HINNANGUTELE  
OMA MINA KOHTA  
magistritöö

Juhendaja: PhD Kristi Kõiv

Tartu 2018

## Sisukord

Sissejuhatus.....	3
1. Töötus Eestis .....	5
1.1 Töötuse riskid.....	6
1.2 Töötute minaga seotud probleemid .....	8
2. Töötuse-alased sekkumised .....	10
3. Tööklubi taust .....	12
3.1 Tööklubi Eestis.....	13
3.2 Tööklubi rakendamise metoodika .....	15
4. Metoodika .....	18
4.1. Valim.....	18
4.2 Mõõtevahendid.....	19
4.2.1. Eluga rahulolu.....	19
4.2.2. Üldine enesehinnang.....	19
4.2.3. Mina kirjeldus.....	20
4.2.4. Minaga seotud emotsionaalsed probleemid.....	20
4.3 Protseduur.....	21
5. Tulemused.....	23
5.1. Eluga rahulolu .....	23
5.2. Üldine enesehinnang .....	23
5.3 Mina kirjeldus .....	23
5.4 Minaga seotud emotsionaalsed probleemid .....	31
6. Arutelu .....	34
Kokkuvõte.....	38
Summary .....	39
Tänu sõnad .....	41
Autorsuse kinnitus .....	41
Kasutatud kirjandus .....	42
Lisad.....	50
Lisa 1. Eluga rahulolu ja üldise negatiivse enesehinnangu ning mina kirjelduste ankeedid. 50	
Lisa 2. Kodeerimisjuhend avatud küsimustega uuritavate mina kirjelduste ankeedi vastuse analüüsiks.....	52

## Sissejuhatus

Euroopa 2020 konkurentsivõimekavas tuuakse välja, et „töötamine aitab kaasa majanduslikule suutlikkusele, elukvaliteedile ja sotsiaalsele kaasatusele, muutes selle üheks heaolu nurgakiviks“ (Bley et al., 2017, lk 24). Kuigi Eesti tööturg on jõudnud järele majanduslanguse eelsetele näitajatele ja saavutanud Euroopa 2020 Eesti strateegias sätestatud 20–64-aastaste tööhõive määra eesmärgi 76% (eesmärk täideti juba 2015. aastal) (Tööturu näitajad., 2018), on noored vanuses 15–29-aastat endiselt tööturul ühed riskirühmadest (Bley et al., 2017).

Otseselt rahaliste mõjude kõrval võivad madal kvalifikatsioon, kvalifikatsiooni puudumine, vähesed töökogemused või töötusest tingitud probleemid raskendada noortel tööturule sisenemist ning pikaajaline töötus võib mõjutada negatiivselt nende tulevasi konkurentsivõimalusi ja rolli ühiskonnas (Chen, 2011; Mascherini, Salvatore, Meierkord & Jungblut, 2012; Noorte töötus., 2017; Siimer & Malk, 2010). Pikaleveninud töötus raskendavad ka uue töökoha leidmist (Marksoo, 2010) ja suurendavad töötuks jäämise riski ka tulevikus (Siimer & Malk, 2010). Pikaajaline töötus raskendab üleminekut noorukieast täiskasvanuikka, tõstab probleemkäitumise riske ning põhjustab psühholoogilisi probleeme (Chen, 2011).

Teema jätkuvat aktuaalsust näitab Eesti konkurentsivõime kava, mis sätestab lähiaastate peamiseks suunaks pikaajaliste- ja noorte töötute tööturule lõimise ja oskuste arendamise (Konkurentsivõime..., 2017). Lisaks riiklikele tegevustele toetatakse kogukonnapõhiste täiendavate tegevuste pakkumist ja Euroopa Sotsiaalfondi rahastuse kasutamist, mis võimaldab 16–29-aastastele noortele või pikka aega tööturult eemal olnud inimestele personaalsemate teenuste pakkumist, et valmistada neid ette tööeluks, toetada nende tööle asumist ja tööturul püsimist läbi tööharjumuse tekitamise, enesehinnangu tõstmise ja oskuste arendamise (Töölesaamist toetavad teenused, 2016).

Pikaajaline töötus nõuab ühiskonna seisukohalt lisainvesteeringuid isiku passiivse kohanemise (passiivsed tööturumeetmed ja sotsiaaltoetused) ja aktiivse arengu toetamiseks (aktiivsed tööturumeetmed) (Paas & Philips, 2002). Ühe aktiivse tööturumeetmena toob Tööhõiveprogramm 2017-2020 (2016) välja Tööklubid, kus „valmistatakse osalejaid ette töö otsimiseks ja tööeluks juhendatud klubilise tegevuse vormis, mis võimaldab osalejatel jagada kogemusi ning saada tuge nii juhendajalt kui teistelt samas olukorras olevatelt inimestelt“ (§11). Kuna aktiivsed tööturumeetmed erinevad riigiti, ja uuringud on näidanud, et ühes riigis kindla sihtrühma peal toimivad meetmed ei pruugi seda teha teises riigis, on oluline hinnata

nende mõju sihtkoha riigis (Leetmaa, 2002). Lisaks riiklikele meetmetele on vajalik hinnata ajutiste meetmete, nagu aktiviseerivate projektide, otsest või kaudset mõju sihtrühmale, mida püütakse teha käesolevas magistritöös.

Juba Adler, Mosak ja Dreikurs (1967) on välja toonud, et inimesel on viis peamist eluülesannet, mis on kesksed inimese tervise ja heaolu säilitamise seisukohalt: töötamine, sõprussuhted, intiimsed suhted, spirituaalsus ja inimese toimetulek oma minaga (viidatud Sweeney, 2009, lk 17), mis on aktuaalsed ka tänapäeval.

Kuigi tööklubi kajastamine on laiemat kõlapinda leidnud juba 1970ndatest aastatest, ja Eestis on tööklubisid läbi viidud alates 2002. aastast MTÜ Johannes Mikhelsoni Keskuses (Kiis, Kõlamets & Taul, 2001) ning 2009. aastast Eesti Töötukassa (Tööklubi, 2017) tööturuteenuste ning erinevate aktiviseerivate projektide raames, on selle rakendamist Eesti kontekstis vähe uuritud. Autori teada on Eestis on käsitletud tööklubiga seotud temaatikat kolmes magistri- (Kimber, 2013; Kuslap, 2016; Jaanus, 2006), ühes bakalaureuse- (Kõre, 2011) ja ühes lõputöös (Horn, 2013) ning Eesti Töötukassa poolt läbi viidud raportis „Ülevaade tööotsingut toetavatel teenustel ja osalejatest ja nende edasisest käekäigust tööturul“ (Medkova et al., 2017).

Eelnevast tulenevalt tõstatab autor uurimisprobleemi: millist mõju võib omada tööklubi programm 16–29-aastaste töötute hinnangul oma minale.

Käesolevas magistritöös keskendub autor 2001. aastal loodud Tööklubi programmile (Kiis, Kõlamets & Taul, 2001), mille loomisel on võetud aluseks Töövõimaluste ja põhioskuste koolitus programm (Job Opportunities and Basic Skills Training, JOBS; Curran, Wishart & Gingrich, 1999), Tööklubi programm (Job Club; Azrin & Besalel-Azrin, 1980) ja Bolles'e (2000) praktiline käsiraamat „Mis värvi on sinu langevari“. Käesolevas magistritöös rakendatavat Tööklubi programmi ei ole autori teada Eestis uuritud.

Magistritöö eesmärgiks on välja selgitada Tööklubi programmi mõju programmis osalenute 16–29-aastaste töötute töötute minale võrreldes programmile eelnenud olukorda programmi järgse olukorraga.

Magistritöö koosneb kuuest peatükist. Esimeses peatükis antakse ülevaade töötusest Eestis, töötusega kaasnevatest riskiteguritest ning töötute minaga seotud probleemidest. Teine peatükk käsitleb töötusealaseid sekkumisi. Kolmas peatükk keskendub Tööklubi taustale, Tööklubide kasutamisele Eestis ja käesolevas töös kasutatavale Tööklubi rakendamise metoodikale. Neljandas peatükk sisaldab uuringu metoodikat, valimit, mõõtevahendeid, protseduuri ning andmeanalüüsi meetodeid. Viies peatükk tutvustab magistritöö uurimistulemusi. Kuues peatükk koosneb arutelust.

## 1. Töötus Eestis

Husmanns'i määratluse kohaselt on inimesed töötud, kui nad täidavad konkreetsetes riigis kehtestatud minimaalse tööealise inimene vanusepiirangu, ei oma käesoleval hetkel töösuhet, otsivad aktiivselt töökohta ning omavad valmisolekut tööle asumiseks (Husmanns, 2007, viidatud Wanberg, 2012).

Statistikaameti definitsiooni kohaselt, mis arvestab ühildumist Rahvusvahelise Tööorganisatsioon (ILO) metoodikaga (Tööturg, 2018) mõistetakse tööealiseks rahvastikuks 15–74-aastaseid inimesi. Töötu on inimene, kes ei tööta kusagil, otsib tööd ja on valmis kahe nädala jooksul tööle asuma (Terminite sõnastik, 2018). Tööturuteenuste ja -toetuste seaduse (2017) sätestab, et riskirühma kuuluvad 16–24-aastased töötud, pikaajalised töötud, eesti keelt mitte valdavad ja muud töötud, kellel on erilised takistused töö leidmiseks (lisaks teistele riskirühmadele). Pikaajaliseks töötuks loetakse inimene, kes on tööd otsinud aasta või kauem ning ei ole selle aja sees töötanud ega olnud hõivatud tööga võrdsustatud tegevusega. 16–24-aastaste noorte puhul loetakse pikaajaliseks töötuks inimene, kes ei ole 6-kuulisel perioodil olnud hõivatud tööga või tööga võrdsustatud tegevusega. Ülipikaajaline töötu on tööd otsinud kaks aastat või kauem (Marksoo, 2010). Lisaks pikaajalise töötuse terminile kasutatakse pikaajalise tööta oleku terminit (*joblessness*), mis hõlmab ka heitunuid, kellel on valmisolek tööle asumiseks, kuid on kaotanud lootuse tööd leida (Terminite sõnastik, 2018).

Võrreldes majanduskriisi aegsete näitajatega on noorte töötus Eestis viimastel aastatel vähenenud. Eesti Töötukassa (Registreeritud..., 2018) andmetel oli 2017. aastal registreeritud töötuid 16–29-aastaste noorte vanusegrupis 6034 (tabel 1.), vähenedes aastaga 604 noore võrra, mis võrreldes 2015. aastaga on 200 noore võrra väiksem langus. Eesti Statistikaameti andmetel (LES39: 15-29-aastased..., 2018) oli 2017. aastal 15–29-aastaseid noori, kes ei tööta, ei võta osa koolitustest ega ole asunud õppima, kokku 24 300.

Tabel 1. Registreeritud töötud 16–29-aastaste vanusegrupis aasta lõpu seisuga (tuhat)

	<b>31.12.2013 seisuga</b>	<b>31.12.2014 seisuga</b>	<b>31.12.2015 seisuga</b>	<b>31.12.2016 seisuga</b>	<b>31.12.2017 seisuga</b>
16–29 vanusegrupp	8461	6994	7491	6638	6034

Allikas: Eesti Töötukassa, 2018

Noorte tööpuudus ei ole väljakutseks üksnes majanduslanguse perioodil, vaid on olnud enamustel aegadel keskmisest töötuse määrast kõrgem. Noorte töötuse eriaruanne toob välja, et “noorte suur tööpuudus mõjub negatiivselt ka majanduskasvule ja tootlikkusele ning kujutab endast tõsist majanduslikku koormust ühiskonnale tervikuna” (Noorte töötus..., 2017,

lk 11). Ka Sotsiaalministeeriumi ja Haridus- ja Teadusministeeriumi tegevuskava Euroopa Liidu noortegarantii elluviimiseks kinnitab, et „puudulike töökogemustega noored on haavatavamad, võides raskuste korral tööturult eemale jääda aastateks“ (Tegevuskava..., 2015, lk 1)

Kuigi noorte töötus on Eestis vähenenud, on noorte tööturuvõimaluste parandamine väheneva ja vananeva tööealise elanikkonna ja tööjõu kontekstis väga oluline (Kazjulja & Roosmaa, 2016).

## 1.1 Töötuse riskid

Töötamine toob kasu nii indiviidile kui ühiskonnale (Bond et al., 2015). Töötute abistamine on sotsiaalse õigluse perspektiivist hädavajalik. Selle tegemata jätmine võib põhjustada majanduslikke ja sotsiaalseid probleeme töötutele ja nende perekondadel (Bhat, 2010).

Euroopa Komisjoni kaasatuse strateegia (Programmi „Erasmus+“..., 2014) toob välja, et eakaaslastega ebasoodsamas olukorras olevad noored võivad seista silmitsi ühe või mitme teguri ja takistusega, mis takistavad nende osalemist tööhõives, formaalses ja mitteformaalses hariduses ja laiemalt kogu ühiskonnas, nagu:

- majanduslikud takistused (madal elatusstandard, madal sissetulek, sõltumine sotsiaaltoetustest, pikaajaline töötus, võlad või majanduslikud probleemid jt);
- sotsiaalsed takistused (vanuseline, sooline ja muu diskrimineerimine, vähesed sotsiaalsed oskused või antisotsiaalne käitumine, noored ja/või üksikvanemad jt);
- geograafilised takistused (elamine maapiirkonnas, probleemsetest linnapiirkondadest pärit noored, elamine vähesee teenindusega piirkondades (nt. piiratud ühistransport);
- puue või erivajadus (vaimse, füüsilise või mõne muu puudega); terviseprobleemid (kroonilised terviseprobleemid, rasked haigused või psühhiaatrilised seisundid jt);
- hariduslikud erivajadused (õpingute katkestamine, vähesed kutseoskused jt);
- kultuurilised erinevused (immigrandid või varjupaigataotlejad või nende järeltulijad, keelelise või kultuurilise kohanemisega seotud probleemid jt).

Pikaajaline töötus võib põhjustada kutseoskuste ja tööharjumuse vähenemist, vähendades töötute varasemalt omandatud inimkapitali, mistõttu võivad tööandjad pikaajaliste töötute värbamise osas skeptilisemad olla (Pikaajaline töötus..., 2015). Täiskasvanutel, kes kogevad pikaajalist töötust (27 nädalat või rohkem), on tõenäoliselt keerulisem uue tasustatud

sobiva töökoha leidmine (Bhat, 2010), vähendades motivatsiooni jätkata töökoha otsinguid (Paas & Philips, 2002).

Lisaks kutseoskuste vähenemisele ja tööharjumuse kadumisele on pikaajalisel töötusel veel mitmeid tagajärgi. Tööpuudus soodustab retsidiivsust, põhjustab isolatsiooni, depressiooni, ainete kuritarvitamist, suurenenud institutsionaliseerimist (Bond et al., 2015, Wanberg, 2012; Chen, 2011) ja kalduvust suitsiidile (Wanberg, 2012). Sowislo ja Orth (2013) töid metaanalüüsis välja, et depressioon on tugevalt seotud enesehinnanguga, kus madal enesehinnang on depressiooni riskifaktor.

Tööpuudus võib tõsiselt kahjustada töötute ja nende perekondade psühholoogilist ja rahalist toimetulekut (Stevens & Schaller, 2011; Wanberg, 2012), millega kaasnevad tõrjutus ja pereprobleemid, suureneb vaesusrisk (Vaesus..., 2011; Chen, 2011) ja tõuseb toimetulekutoetuste saajate arv (Dunn, 2014). Euroopa tööturul kogevad noored tõrjutust töömaailmas (Müller & Gangl, 2003) või hariduses, tööturul ja koolitustel mitteosalemise (16–29-aastased nn NEET noored) tõttu (Mascherini et al., 2012).

Zedlewski ja Nichols (2012) on leidnud, et perekondade puhul, kus vanem on töötu kuus kuud või kauem, peaaegu kolmekordistub vaesus, tõustes enne tööpuudust 12,0%-lt 35,3%-ni pärast tööpuudust, hoolimata tugivõrgustiku toetusest (riiklikud toetused, lähedased jt). Vaesus ja ebavõrdsus (nii sotsiaalne kui majanduslik) mõjutavad inimeste võimalusi, kogemusi ja vajadusi, mistõttu kujunevad neil teistsugused väärtused, arusaamad, normid ja käitumismallid kui vaesuses mitte elavatel inimestel (Townsend, 1979).

Takistused, millega noored töötud kokku puutuvad, on omavahel seotud, tekitades multiprobleemse olukorra (Enn & Lopez, 2011). Noorte võimaluste toetamine tööturule sisenemiseks või tööturule naasemiseks on vajalik, et ennetada lisaks rahalistele probleemidele teiste võimalike probleemide tekkimist, sealhulgas tööotsingust loobumist (Paas & Philips, 2002), enesehinnanguga seotud probleeme (Chen, 2011; Stevens & Schaller, 2011; Wanberg, 2012), madalamat eluga rahulolu, rahulolematust tööelus, üleüldiselt langenud heaolu (Bell & Blanchflower, 2009; Morsy, 2012).

## 1.2 Töötute minaga seotud probleemid

Töötamine omab inimeste elus olulist rolli, kuna ärkveloleku ajast veedavad inimesed suurema osa tööga seotud tegevusi tehes. Lisaks töörahulolule on inimese heaolu seotud eluga rahuloluga, inimese minaga ja enesehinnanguga (Dik & Hansen, 2008).

Töötusel on oluline püsiv mõju inimese subjektiivsele heaolule (Van der Meer & Wielers, 2016). Mitmed uuringud on leidnud, et töötusest tingitud psühholoogilised tagajärjed on palju suuremad kui sissetuleku kaotus (Creed, Bloxsome & Johnston, 2001; Wanberg, 2012). Suhte kaotamine, mille kaudu inimene ennast eelnevalt identifitseerinud on (näiteks töötaja, õpilane, üliõpilane), toimib sarnaselt lähisuhte kaotamisele, mõjudes halvendavalt minale, enesehinnangule ja eluga rahuolule (Lucas, Clark, Georgellis & Diener, 2004; McIntyre, Mattingly, Lewandowski Jr & Simpson, 2014).

Mina on inimese kognitiivne ettekujutus enda kohta, mis sisaldab suhtumisi, tundeid ja hoiakuid (Baumeister, 1997; Borich & Tombari, 1997). „Minakontseptsioon on psühholoogiline tervik, mis sisaldab endas tundeid, hinnanguid, hoiakuid ja inimese kirjeldavaid kategooriaid enda kohta, sealhulgas saab minakäsitluses eristada kirjeldavat ja hinnangulist aspekti“ (Burns, 1979, viidatud Pullmann, 2003, lk 196), peegeldades inimese käitumist ja iseloomu ning tundeid enda ja maailma vastu (Pullmann, 2003). Ka Gecas (1982) on öelnud, et tuleb eristada mina ja minakontseptsiooni, kus mina viitab protsessile ja on refleksiivne nähtus, mis areneb sotsiaalses suhtluses. Minakontseptsioon on protsessi refleksiivse tegevuse tulem seoses enda füüsilise, sotsiaalse, vaimse ja moraalse aspektiga.

Minakontseptsioon ei ole üksnes abstraktne kokkuvõte minast, vaid see koosneb hinnangutest ja enese tajumisest kui hea, halb või keskmine. Enesehinnang on sisuliselt minakäsitluse hinnanguline osa, mis väljendab enesekohast suhtumist (Baumeister, 1997; Pullmann, 2003). Enesehinnang peegeldab, mil määral inimene ennast väärtustab, hindab ja kiidab või endale meeldib (Blascovich & Tomaka, 1991). Enesehinnangut on peetud üheks olulisemaks psühholoogilise heaolu säilimise teguriks (Pullmann, 2003).

Minakontseptsiooni hierarhilise mudeli (Shavelson, Hubner & Stanton, 1976) alusel on kõrgeim tasand inimese üldine enesehinnang, mis on üsna stabiilne. Üldine enesehinnang jaguneb akadeemiliseks ja mitteakadeemiliseks enesehinnanguks, mis omakorda jagunevad enesehinnangu alakomponentideks, kus mitteakadeemiline enesehinnang koosneb sotsiaalsest (eakaaslased, olulised teised), emotsionaalsest ja füüsilisest (füüsiline võimekus ja välimus) enesehinnangust. Autorid toovad välja, et kuigi üldine enesehinnang on üsna stabiilne, siis mida konkreetsemaks tasand muutub, seda sõltuvamad on situatsioonist tingitud



enesehinnangu näitajad. Seega on inimese minakontseptsioon mõjutatud erinevatest situatsioonidest. Uuringud on leidnud positiivse seose enesehinnangu ning käesoleva olukorra ja inimese motiivide (Creed, Bloxsome & Johnston, 2001) vahel. Ühtlasi on leitud, et inimese enesehinnang on mõjutatud nt töötuse pikkusest (Daly & Delaney, 2013, viidatud Van der Meer & Wielers, 2016) ja töökoha leidmise korral inimese rahulolust leitud töökoha osas (Dooley, Prause & Ham-Rowbottom, 2000). Enesehinnang on mõjutatud ka sellest, kas inimene süüdistab ennast töökoha kaotuses (Knabe & Rätzl, 2011) või endast sõltumatuid tegureid, nagu majanduslangus (Clark, 2003).

Soov jõuda paremale elujärjele on üheks inimesi motiveerivaks jõuks. Maailma Terviseorganisatsiooni kohaselt väljendab elukvaliteeti see, kuidas inimene tajub oma positsiooni kultuuri ja väärtuste süsteemide kontekstis ning kuidas see on seotud tema eesmärkide, ootuste, standardite ja muredega. Seda mõjutavad komplekselt inimese füüsiline tervis, psühholoogiline seisund, isiklikud veendumused, sotsiaalsed suhted ja nende seos keskkonna peamiste omadustega (WHOQOL..., 1997). Lent (2004) ütleb, et eluga rahulolu on inimese üldine kognitiivne ettekujutus oma elust tervikuna.

Lucas et al. (2004) leidsid, et kuigi eluga rahulolu on üldiselt püsivalt stabiilne, võivad elusündmused omada tugevat pikaajalist mõju. Kuid erinevalt teistest olulistest elusündmustest, kalduvad töötust mingil eluhetkel kogenud inimesed olema vähem eluga rahulolevad kui inimesed, kes pole kunagi töötud olnud (Clark, Georgellis & Sanfey, 2001). Lent (2004) toob välja, et inimese heaolu tõstmisele suunatud sekkumistes on oluline keskenduda sotsiaalse osaluse toetamisele, negatiivsete emotsioonide mõistmisele, enesetõhususe tõstmisele ja tagasiside kogumisele inimese käekäigu kohta, eesmärkide seadmisele ja inimese väärtustele (Ryan & Deci, 2001). Isiklikud eesmärgid on oluliselt seotud inimese rahuloluga (Lent 2004). Kuigi mitmed eesmärkide aspektid võivad mõjutada rahulolu (nt üleüldse eesmärkide olemasolu; inimese eda seatud eesmärkide olemasolu), on rahulolu seisukohast oluline inimese poolt seatud eesmärkide suunas konkreetsete sammude tegemine (Brown & Lent, 2013).

## 2. Töötuse-alased sekkumised

Töötutele suunatud sekkumised peaksid aitama mõista nende elus toimuvate jõudude dünaamikaid, arendama oskusi ja tõstma suutlikkust taastada kontroll nende elus toimuva üle (McWhirter, 1995, viidatud Bhat, 2010).

Alfred Adler on väitnud, et varustatuna arusaamistega elust, endast ja ümbritsevast, liiguvad invidiidid lapsepõlvest murdeikka, noorukiikka ja täiskasvanuikka ühiskonna ootusega, et nad muutuvad vastutustundlikumaks, õpivad koos toimima ja suudavad toime tulla elus ettejuhtuvate situatsioonidega. Töö on keskne ja põhiline eluülesanne, millega inimesed peavad toime tulema. Tööülesannetes ebaõnnestumine võib endaga kaasa tuua tõrjutud ja pettunud üksikisikud (Sweeney, 2009, lk 17).

Tööle asumist mõjutavad tööturg, haridus- ja koolitussüsteem, töötururegulatsioonid ning aktiivsed tööturumeetmed (Müller & Gangl, 2003). Aktiivsete tööturumeetmete kasutamine on näidanud positiivset tulemusi inimeste töövalmiduse tõstmisel ja töötuks olemise koorma jagamisel, sh. tööotsimise programmid, mis toetavad ebasoodsamas olukorras töötuid (Borland, 2014; Sage, 2014). Töötutele suunatud sekkumised aitavad arendada oskusi ja pakkuda toetust töö leidmiseks, pöörata tähelepanu sisemistele ja välistele tõketele ning on samaaegselt sillaks kohalike tööandjate ja töötute vahel, jagades sealhulgas informatsiooni koolitus- ja ümberõppe võimaluste kohta (Bhat, 2010).

Roosimägi (2016) on öelnud:

Vanemaealisi ja noori peetakse tööturul justkui riskirühmaks – ühed on tööturult peagi väljumas, teised aga alles sisenemas. Esmane tööturule sisenemine näib olevat probleem, millele täielik lahendus puudub, ent meetmeid probleemi lahendamiseks leidub nii igas riigis kui ka rahvusvahelisel tasandil. Kuna noored on väga erinevused, tuleb ka nende probleemidele läheneda mitmekülgsest. On selge, et (erialase) hariduseta noortel on töötuks või sootuks mitteaktiivseks jäämise risk suurem võrreldes sama vanuserühma noortega, kes on haridus- ja täiendõppesüsteemis aktiivselt osalenud (lk 19-21).

Käsiraamatu „Noorsootööst ja noorte tööhõivest“ esimeses osas „Töötades Tööga“ (Enn & Lopez, 2011) tuuakse välja spetsialistidele suunatud meetodid ja vahendid töötamiseks multiprobleemses olukorras töötute noortega:

- info jagamine tööhõive, haridusvõimaluste (kursused, elukutsed), tööotsimise viiside, sotsiaalsete teemade jt kohta;
- grupikoolitused ja kursused, mis keskenduvad suhtlemisoskuste, võtmepädevuste, koostööoskuste ja konfliktide lahendamise oskuste arendamisele;

- karjääriplaneerimine; vaimse tervise probleemidega, stressi, madala enesehinnanguga jt noortele psühholoogilise abi saamise toetamine;
- Tööklubide rakendamine.

Sekkumised, mida viiakse läbi gruppides, mitte üksikindi tasandil, omavad kasutegurit kõigile osalejatele, sealhulgas võimalus õppida kasutades teistelt grupiliikmetelt ja grupijuhilt saadud tööotsimise oskusi (Bhat, 2010). Yalom ja Leszcz (2005) on öelnud, et gruppides tegevuste läbiviimine aitab positiivselt kaasa osalejate tulemustele, toetades lootuse tekkimist (olles sarnaste probleemidega, kuid kohanemise erinevates staadiumites, saavad grupiliikmed tuge teiste edusammudest), teiste liikmete sarnaste murede kuulamine võimaldab tajuda, et nad ei ole oma muredega üksi, ning teiste toetamist (grupikohtumised võimaldavad inimestel tunda, et nad on kasulikud ja vajatud). Isiklikku arengut toetavad ja ennetavad sekkumised (nt toetusgrupid, töövaldkonnaga seotud koolitused ja programmid) suunatuna oskuste edendamisele, tõstavad osalejate kompetentsi ja subjektiivset heaolu (Lent, 2004).

Uuringud on näidanud, et sotsiaalsel interaktsioonil on oluline roll minakontseptsiooni muutuses, mis tähendab, et kui teised tajuvad inimest teatud viisil, omab see minakontseptsioonile suuremat mõju, kui sellest omaette mõtisklemine, muutudes seeläbi osaks minakontseptsioonist (Heatherton & Nichols, 1994). Pullmann (2003) selgitab seda laiemalt, öeldes, et enda ja teiste inimeste tajumine mõjutab oluliselt inimese mõtteid, käitumist ja tundeid. Näiteks, kui inimene ütleb teistele, et ta soovib saada tööle, on ta suurema tõenäosusega edukas, võrreldes sellega, kui ta hoiab oma plaanid enda teada.

Enim kasutatavate tööotsimise oskuste programmide, Tööklubi (*Job Club*; Azrin & Besalel-Azrin, 1980; Sharabi & Simonovich, 2017) ja Töövõimaluste ja põhioskuste koolitusprogrammi (*Job Opportunities and Basic Skills Training, JOBS*; Curran, Wishart & Gingrich, 1999; Brenninkmeijer & Blonk, 2011; Moore et al., 2016), eesmärk on toetada töötajat töökoha leidmisel ja saamisel (Azrin, Flores, & Kaplan, 1975; Brenninkmeijer & Blonk, 2011).

### 3. Tööklubi taust

Tööklubi (*Job Club*) mõiste võttis kasutusele Nathan Azrin koos kolleegidega 1970ndatel (Azrin et al., 1975), et pakkuda grupiviisiliseks tööotsinguks praktilist ja juhendatud treeningprogrammi (Azrin & Besalel-Azrin, 1980), eesmärgiga aidata töötajaid töökohtade otsingul või toetada töökoha saamist (Liu, Huang & Wang, 2014), tuginedes inimese käitumise- ja sotsiaalse õppimise teooriale (Rutter & Jones, 2007). Jones ja Azrin (1973), leidsid uuringute põhjal, et paljusid tööpakkumisi ei reklaamita avalikult, vaid täidetakse otsesuhtluse alusel ja viibides „õigel ajal õiges kohas“.

Algsest Tööklubi programmist on välja arenenud mitmeid sekkumisi, mille eesmärk on toetada osalejate enesehinnangut, edendada tööhõivet, tõsta töötamise oskusi, motivatsiooni ja tööotsingu intensiivsust, nagu *Työhön Job Search Program* (Vuori, Silvonen, Vinokur, & Price, 2002), *JOBS program* (Curran, Wishart & Gingrich, 1999), Tööklubi (Kiis, Kõlamets & Taul, 2001) jt.

Tööklubi programm sisaldab endas grupikohtumisi klassiruumis ja töötute individuaalseid tegevusi (nt võimalike tööandjatega ühenduse võtmine, portfoolio koostamine). See on intensiivne, struktureeritud, toetusgrupi põhimõttel läbiviidav programm, mis toetab osalejate motivatsiooni, toimetulekut, isiklike eesmärgi ning võimaldab tagasisidestamist ja jõustamist (Azrin et al., 1975; Bhat 2010; Brown & Lent 2013) ja lähtub põhimõttest, et igaüks suudab õppida tõhusaid tööotsinguoskusi (Azrin & Besalel- Azrin, 1980).

Tööklubi programmis kasutatakse lisaks grupiviisilisele lähenemisele individuaalset lähenemist, toetades töötajaid läbi informatsiooni jagamise, töötamise konkreetsete tegevuste läbimängimise ja praktiseerimise, oskuste omandamise ja sotsiaalse toe pakkumise. Grupieesmärkide kõrval on võrdselt olulised iga osaleja isiklikud eesmärgid. Tegevused sisaldavad endas enamasti loenguid, teiste jälgimist ja modelleerimist, rollimänge, individuaalseid ülesandeid, videotreeningut ning olukordade läbiharjutamist (Rutter & Jones, 2007; Azrin et al., 1975; Bhat 2010; Kiis, 2004). Grupiviisiline lähenemine võimaldab lisaks tööotsinguga seotud oskuste omandamisele luua võrgustiku inimestest, kes on samas situatsioonis, õppida üksteiselt, jagada ning saada kaaslastelt toetust, jagada informatsiooni ja kogemusi, anda- ja saada konstruktiivset tagasisidet (Rutter & Jones, 2007; Brown & Lent, 2013). Tööklubi juhendaja ülesanne on luua grupiviisilist lähenemist toetav keskkond, tuua esile osalejate tugevusi ja jagada toetust ning julgustust (Rutter & Jones, 2007; Kiis, 2004).

Osalejad saavad abi kõigis tööotsimise valdkondades, sealhulgas ebaõnnestumistega hakkama saamine, oskusteõpe, kandideerimisdokumentide koostamine, töökoha otsimise ja saamisega seotud informatsiooni omandamises (sh. võrgustikutöö), tööintervjuuks ettevalmistamises ja telefonivestluseks ettevalmistamises. (Brown & Lent, 2013; Rutter & Jones, 2007)

Irimaa projekti Treo Nua läbiviijad on sõnastanud Tööklubide funktsioone järgnevalt:

- Tööklubi võib olla vahendajaks sotsiaalsüsteemi erinevate osade vahel: kohalike omavalitsuste, piirkondlike tööhõivekeskuste, perenõustamiskeskuste, laste hoolekande, haridusasutuste, koolide jne. Nii ei eksi “tööotsija” süsteemis ära;
- See on aktiivne vahend, erinevalt näiteks sellisest passiivsest vahendist, nagu abiraha andmine;
- Filtreeriv funktsioon: aitab tuvastada neid, kes ei ole võimelised töötama ning aitab leida põhjused, miks nad ei ole selleks võimelised ja pakub vajalikku toetust;
- Preventiivne funktsioon: noortel, kes veel õpivad või töötavad, kuid hakkavad seda lõpetama, aitab tööklubi valmistuda järgmiseks faasiks;
- Sotsialiseeriv funktsioon: ilma tööta olemine isoleerib inimesi ühiskonnast ning nad vajavad sinna uuesti lõimimist. See õpetab neid ka sobivalt käituma, kandma sobivaid rõivaid jne. Elurütmi kaotamine on samuti probleem: kool ja töö struktureerivad inimese elu ning loovad väljavaateid. Tööklubi on noortele nagu “töökoht” – mis ei oleks vastuvõetav töökohal, ei lubata ka tööklubis (Enn & Lopez, 2011, lk 76). Uuringud on näidnud, et Tööklubi on üks tõhusamaid tööotsimise toetamise viise

Brown ja Lent (2013). Tööklubides osalenud tööotsijad on saanud tööle suurema tõenäosusega, võrreldes kontrollgruppidega või nendega, kes osalesid muudes programmides (Azrin et al., 1975; Rife & Belcher, 1994; Liddiard et al., 2017). Moore jt (2016) leidsid ülevaateuuringus, et pikemaajalised Tööklubi sekkumised võivad olla efektiivsed depressiooni sümptomite vähendamisel eelkõige kõrge depressiooniriskiga töötutel.

Noored tööotsijad vajavad kompleksset lähenemist, mida võimaldab tööklubi. On leitud, et tööklubi programmi kasutamine noorematel tööotsijatel on andnud paremaid tulemusi võrreldes kontrollgruppidega töö leidmisel ja vaimse tervise paranemisel (Azrin et al., 1980; Liddiard et al., 2017).

### 3.1 Tööklubi Eestis

Eestis koordineerib riiklikul tasandil Tööklubi programmide läbiviimist Eesti Töötukassa. Eesti Töötukassa korraldab töötuskindlustust ja viib ellu tööpoliitkat eesmärgiga suurendada hõivatust ja ennetada pikaajalise töötuse ja tõrjutuse teket ning lühendada töötuse kestust tööealises elanikkonna seas (Töötukassast, 2017). Muuhulgas peab Eesti Töötukassa arvestust töötute ja aktiivsete tööturumeetmete osutamise üle. Aktiivsed tööturumeetmed,

mille osutamist Eesti Töötukassa kehtivatel tingimustel pakub, on: teavitamine tööturu olukorrast; Tööturukoolitus, karjääri-, psühholoogiline-, võla ja sõltuvusnõustamine, abistamine tööintervjuul ja Tööklubi jt (Peamised statistilised..., 2018).

Tööklubi programmi sisu kirjeldamisel toetutakse 2017. aastal Eesti Töötukassa analüüsiosakonna poolt koostatud raportile „Ülevaade tööotsingut toetavatel teenustel ja osalejatest ja nende edasisest käekäigust tööturul“ (Medkova et al., 2017).

Peale töötuna või tööotsijana arvele võtmist osalevad töötud Tööotsingu töötoas keskmiselt kolmandal arveloleku kuul, mille eesmärk on anda töötutele kiire ülevaade (töötuba on ühepäevane teenus, kestes üldjuhul 3 akadeemilist tundi (sõltuvalt töötute vajadustest võib töötuba kesta minimaalselt 2 kuni maksimaalselt 4 akadeemilist tundi) tööotsinguks ja töökohtade kandideerimiseks vajalikest teadmistest ja oskusest. Raporti kohaselt jõuab 30% Tööotsingu töötoa läbinutest hiljem Tööklubi programmi.

Tööklubi programmis osalemine lepitakse kokku enamasti hiljem ning keskmiselt alustatakse osalemist 201. päeval ehk seitsmendal kuul alates töötuna või tööotsijana arvele võtmisest. Tööklubi programmis osalemist võimaldatakse kõigile, kes soovivad saada tööotsingualaseid teadmisi ja oskuseid, infot tööturul toimuvast, ülevaadet töötamisega kaasnevatest õigustest ja kohustustest ning kes vajab pikemaajalist juhendamist tööotsingutel ja tööeluks ettevalmistamisel. Programm viiakse läbi kindlaksmääratud ajavahemikel, kestvusega 1-2 korda nädalas, kokku 8–16 korda, kus ühe kohtumise kestvus on 3 akadeemilist tundi. Ühes grupis osaleb korraga kuni 14 töötut.

Inimeste vajadustest lähtuvalt korraldatakse raporti põhjal ka erinevatele sihtrühmadele ja teemadele suunatud Tööklubi programme:

- motivatsiooniteemaline Tööklubi;
- noortele suunatud Tööklubi (enamasti kuni 30- aastased ja nooremad);
- 50+ vanuses vanuses inimestele suunatud Tööklubi;
- eesti keelt mittekõnelevatele inimestele suunatud Tööklubi;
- hariduslike erinevajadustega klientidele suunatud Tööklubi;
- äriühingu juhatuse liikmetele suunatud Tööklubi.

Eesti Töötukassas osutatud Tööklubi viivad läbi kas hankemenetluse raames edukaks pakkujaks osutunud teenusepakkujad või Eesti Töötukassa vastava maakonna spetsialistid.

Lisaks Eesti Töötukassale osutatakse Tööklubi programme ka projektipõhiselt Euroopa Sotsiaalfondi rahastuse toel, eemärgiga pakkuda 16–29-aastastele noortele või pikka aega tööturult eemal olnud inimestele personaalsemaid teenuseid, et valmistada neid ette tööeluks, toetada nende tööle asumise ja tööturul püsimist läbi tööharjumuse tekitamise,

enesehinnangu tõstmise ja tööotsijate oskuste arendamise (Töölesaamist toetavad teenused, 2016). Euroopa Sotsiaalfondi andmetel on vahemikus 2016–2018 toetuse rahuldamise otsuse saanud 19 projekti ja kõikides projektides on ühe tegevusena sees Tööklubi (Luide, 2018).

### 3.2 Tööklubi rakendamise metoodika

Rakendatava programmi sisu kirjeldamisel toetutakse MTÜ Johannes Mikhelsoni Keskuses välja töötatud Tööklubi programmi juhendile (Kiis, Kõlamets & Taul, 2001).

Käesolevas magistritöös elluviidav Tööklubi programm on grupiviisilisel lähenemisel põhinev sekkumisprogramm töötutele, mida viiakse läbi alates 2002 aastast. Tööklubi programmi on koostatud arvestades Eesti olusid, tuginedes Töövõimaluste ja põhioskuste koolituse programmile (*Job Opportunities and Basic Skills Training, JOBS*; Curran, Wishart & Gingrich, 1999), Tööklubi programmile (*Job Club*; Azrin & Besalel-Azrin, 1980) ja Bolles'e (2000) praktilisele käsiraamatule „Mis värvi on sinu langevari“.

Tööklubi peamiseks eesmärkideks on hoida töötute aktiivsustaset, pakkuda emotsionaalset tuge sobiva töö otsingutel ja läbi praktiliste tegevuste toetada töötute ettevalmistust tööturul konkureerimiseks. Lisaks juhendajapoolsele toetusele võimaldab Tööklubi toetada töötute initsiatiivi läbi vastastikuse toetuse ja abistamise. See tähendab, et lisaks sotsiaalse võrgustiku laienemisele ja tööotsinguga seotud oskuste suurenemisele võimaldab Tööklubi jagada oma tundeid ja mõtteid ning saada toetust sarnases situatsioonis olevatelt inimestelt ja juhendajalt. Tööklubide pikaajaline eesmärk on toetada sõltuvalt sihtrühma liikmete vajadustest ja individuaalsetest eesmärkidest osalejate jõudmist tööturule või õppima asumist. Tööklubi programmi kaudne eesmärk on luua teemadest tervik ja kinnitada erinevate koolituse osade käigus kogutud teadmisi praktiliste tegevuste kaudu ning vähendada väljalangemist ja toetada väheste õpiharjumustega osalejate püsijäämist.

Sõltuvalt Tööklubi programmi eesmärgist võib moodustada sarnaste tunnustega grupe (nt. töötud noored) või erinevas vanuses, sotsiaalse- ja haridusliku taustaga inimesed, keda ühendab soov leida tööd.

Tööklubi programmi raames toimuvad 10 nädala jooksul üks kord nädalas 3 astronoomilist tundi kestvad grupikohtumised. Iga grupiga üks töötab professionaalne ja vastava täiendõppe läbinud Tööklubi juhendaja. Tööklubi juhendaja osalus on suurem Tööklubi alguses ja lõpus. Juhendaja roll on olla algataja, toetaja, suunaja, reguleerija ja eeskuju. Juhendaja ülesanne on märgata ja kasutada osalejate ideid ning algatusi,

delegeerides neile ka ülesandeid. Et toetada osalejate vahelise usalduse tekkimist ja koostööd, on tegemist kinniste gruppidega, mis tähendab, et peale esimest koolitusnädalat grupiga liituda ei saa. Kohtumiste vahele jääva aja sees saavad osalejad otsida aktiivselt tööd või liikuda selles suunas Tööklubist saadud ülesannete kaudu.

Tööklubi grupikohtumiste üldised eesmärgid on infovahetuse ja kogemuste jagamise soodustamine, rühma toel praktilistele probleemidele lahenduste otsimine, sotsiaalsete- ja tööotsinguga seotud oskuste arendamine, turvalise koha pakkumine uute käitumisviiside harjutamiseks, osalejate eneseusalduse ja aktiivsuse tõstmine ja hoidmine ning vastastikuse toetuse pakkumine. Grupikohtumiste eesmärkide saavutamiseks seotakse praktiline ja teoreetiline õpe rühma- ja individuaaltöödega, grupiaruteludega, tegevuste läbimängimisega ning tagasiside ja analüüsiga. Tegevuste põhirõhk on osalejate enesekindluse tõstmisel eduelamuse kaudu. Grupikohtumiste täpne sisu kujuneb protsessi käigus ning toetab konkreetse grupi liikmete vajadusi.

Tööklubide raames käsitletakse järgmisi teemasid: grupi ja isiklike eesmärkide sõnastamine, enesega seotud teemad (isikuomadused ja oskused, eneseusaldus, enesehinnang, prosotsiaalsed hoiakud, enesekontroll ja enesetõhusus), meeskonnatöö ja negatiivsete emotsioonidega toimetulek, tööturu ja töötamisvõimaluste tutvustamine, tööintervjuuks ja telefonivestluseks ettevalmistumine, tööpakkumiste analüüs erinevate tööotsinguviiside kasutamine, kandideerimisdokumentide koostamine, suhtlemis-, probleemilahendus- ja sotsiaalsete oskuste arendamine, tööandjatega või värbamisspetsialistidega kohtumine ja/või ettevõtete külastus, isiklik hügieen, individuaalsete tegevuskavade koostamine ja teiste toetavate tegevuste läbiviimine.

Tööklubi programmi käsitlemise kohta Eestis on töö autoril kasutada piiratud hulk allikaid. Ülevaateartikkel „Tööklubi- meede, mis ühendab töötute toetamisel mitteformaalse ja formaalse võrgustiku“, mis käsitleb magistritöös kasutatatud Tööklubi programmi pärineb aastast 2004 (Kiis, 2004). Kiis (2004) toob välja, et 16–24-aastastele noortele suunatud projekti tulemusena, mille raames pakuti noortele Tööotsingu- ja erialakoolitust, Tööklubi tegevusi ning Tööpraktikat või tööd subsideeritud lepinguga, asus 600st inimest tööle üle 200. Osalejate tagasiside näitas, et Tööklubi tõstis osalejate enesekindlust ning parandas osalejate sotsiaalseid- ja suhtlemisoskuseid. Kimber (2013) ja Kuslap (2016) leidsid, et projektides osalemine, mille raames pakuti osalejatele nõustamisteenuseid, koolitusi, Tööpraktikat ja Tööklubisid, omas positiivset mõju noorte enesehinnangule ja suhtlusvõrgustikule ning toetas osalejate kohanemist tööeluga ja aitas püsitada selgemaid eesmärke. Eesti Töötukassa raportis „Ülevaade tööotsingut toetavatel teenustel ja osalejatest



ja nende edasisest käekäigust tööturul“ (Medkova et al., 2017) toodi välja, et aastatel 2012–2015 Töökлубi programmis osalenutest oli pool aastat peale teenuse lõppu tööle rakendunud 35% osalejatest ning aasta hiljem oli tööle asunute arv 51% osalenutest.

Käesoleva magistritöö eesmärk on välja selgitada Töökлубi programmi mõju programmis osalenud 16–29-aastaste töötute minale võrreldes programmile eelnenud olukorda programmijärgse olukorraga.

Magistritöö eesmärkidest lähtuvalt on püstitatud neli uurimisküsimust:

1. Mil määral esineb Töökлубi programmis osalejatel programmi järgselt muutusi võrreldes programmile eelnenud olukorraga seoses enesehinnaguga?
2. Mil määral esineb Töökлубi programmis osalejatel programmi järgselt muutusi võrreldes programmile eelnenud olukorraga seoses eluga rahuloluga?
3. Missugused on Töökлубi programmis osalejatel programmi järgselt muutused võrreldes programmile eelnenud olukorraga seoses oma mina kirjeldustega?
4. Mil määral esineb Töökлубi programmis osalejatel programmi järgselt muutusi võrreldes programmile eelnenud olukorraga seoses minaga seotud emotsionaalsete probleemidega?

## 4. Metoodika

Magistritöö puhul on tegemist kvantitatiivse hindamisuuringuga, rakendades pre/post disaini, kus mõõtmisi teostati enne programmi elluviimist (edaspidi eeluuring) ja pärast programmi elluviimist (edaspidi järeluuring).

Uuringu raames hinnati eel- ja järeluuringuga Tööklubi programmis osalenute hinnangul toimunud muutusi. Kahe mõõtmise vahe oli 10 nädalat. Uurimisinstrumentide valideerimise tagamiseks viidi läbi pilootuuring.

### 4.1. Valim

Valimi moodustamisel kasutati kõikse valimi põhimõtet. Valimisse kuulusid kõik ühe organisatsiooni koolitustel ja nende raames Tööklubi programmi, ajavahemikul 2016–2018 (kokku 13 kuud), läbinud 16–29-aastased mees- ja naissoost osalejad. Kokku osales uuringus 6 gruppi töötuid, kes läbisid 30 tundi Tööklubi programmi (kõikidele gruppidele rakendati ühesugust Tööklubi programmi metoodikat). Keskmiselt osales ühes grupis 7 töötut. Magistritöös uuritud grupe viisid kokku läbi 3 kvalifikatseeritud juhendajat (ühte gruppi viis korraga läbi üks juhendaja). Täpsem valimi kirjeldus on esitatud tabelis 2.

Tabel 2. Valimi kirjeldus vastavalt osalejate soo, vanuse ja töötuse kestvuse järgi

		Arv	%
<b>Sugu</b>	Mees	16	46
	Naine	19	54
<b>Vanus</b>	16–24	17	48,6
	25–29	18	51,4
<b>Töötuse kestvus</b>	Lühiajalised töötud 0–5 kuud (k.a.)	8	22,8
	Pikaajalised töötud 6 kuud–2 aastat	17	48,6
	Ülipikaajalised töötud Kauem kui 2 aastat	10	28,6

Osalejate kontaktundide arv Tööklubi programmis oli erinev, mistõttu kuulusid valimisse töötud, kes osalesid programmis nii eel- kui järeluuringu ajal ning läbisid vähemalt 50% ette nähtud programmi mahust. Eeluuringus vastas küsitlusele 37 ja järeluuringus 38 osalejat. Programmi jooksul toimus osalejate seas muutusi - mõned osalejad lahkusid ning mõned liitusid. Lõppvalimi moodustasid uuritavad 35 uuritavat ( $N = 35$ ), kes osalesid eel- ja järeluuringus ning olid mõõtmise lõppedes täitnud kolm enesekohast ankeeti ning Inimese joonistamise testi. Vastanutest 19 olid naised ja 16 mehed. Kõige lühem töötuse periood oli 2

kuud ja vastanutest kuus osalejat vastasid, et on olnud töötud 3 aastat või rohkem. Kõige pikem töötuse periood oli 5 aastat, üks osalejatest vastas, et ei ole kunagi töötanud.

## 4.2 Mõõtevahendid

Uurimistöö mõõtevahenditeks kasutati avatud ja suletud küsimustega ankeete ja testi. Kokku kasutati nelja uurimisinstrumenti.

### 4.2.1. Eluga rahulolu.

Eluga rahulolu uurimiseks enesekohase meetodina kasutati Eluga rahulolu skaalat (*Life Satisfaction Scale, SLSS*; Huebner, 1991; eestindanud: Must, 1992). Kasutatud küsimustik on esitatud lisas 1. Küsimustik koosnes üheksast väitest 4-pallisel sagedusskaalal 1 - mitte kunagi, 2- mõnikord, 3- sageli ja 4- peaaegu alati. Kahe negatiivselt sõnastatud väite puhul kodeeriti andmeid ümberpööratult. Vastaja sai valida ühe vastusevariandi nelja variandi seast. Üldskoor seoses rahuloluga eluga moodustus kõigi väidete hinnanguskaalade keskmisena, kus kõrgem skoor näitas kõrgemat eluga rahulolu. Näitelaused: „Ma olen rahul sellega, kuidas mu elu kulgeb“ või „Ma soovin, et mu elu oleks teistsugune“. Tööle püstitatud eesmärgist lähtuvalt tehti muudatus ankeedi sõnastusse, kohandades 1992. aasta ankeedi väidet „mu elu on parem kui enamikel lastel“, väiteks „mu elu on parem kui enamikel inimestel“. Eluga rahulolu skaala reliaablus (Cronbachi alfa) oli selles töös 0,88.

### 4.2.2. Üldine enesehinnang.

Üldise enesehinnangu uurimiseks kasutati Üldise negatiivse enesehinnangu skaalat (*Global Negative Self-Evaluations Scale, GSE*; Alsaker, 1989; eestindanud: Must, 1992), mis sisaldas kuut väidet 4-pallisel sagedusskaalal 1- mitte kunagi, 2- mõnikord, 3- sageli, 4- peaaegu alati. Kasutatud küsimustik on toodud lisas 1. Üldise enesehinnangu üldskoor moodustus kõigi väidete keskmisest, kus kõrgem skoor näitas kõrgemat negatiivset enesehinnangut. Näitelaused: „Aeg-ajalt ma mõtlen, et ma ei kõlba kuhugi“ või „Mulle tundub, et mul ei ole kunagi palju põhjust enda üle uhke olla“. Üldise enesehinnangu skaala reliaablus oli käesolevas töös 0,85.

#### 4.2.3. Mina kirjeldus.

Enese iseloomustamiseks avatud küsimustega ankeedi (vt lisa 1) koostamiseks võeti aluseks motiveeriva intervjuueerimise küsimused inimese mina kohta (Rollnick, Miller & Butler, 2011), mis modifitseeriti käesoleva uuringu jaoks töö autori poolt koostöös juhendajaga.

Lõplik ankeet sisaldas 5 lõpetamata lauset (ankeedi pilotiseerimine on kirjeldatud protseduuri peatükis). Minaga seonduvat soovi kirjeldas avatud küsimus: „Ma tahan...“, minaga seotud võimet kirjeldas: Ma suudan...“, minaga seotud põhjuseid muutuste kaitseks kirjeldas küsimus „Ma tunneksin ennast ilmselt paremini, kui ma...“, minaga seotud vajadusi kirjeldas avatus küsimus: „Ma pean...“ ning minaga seotud meetmete võtmist käsitles küsimus „Sel nädalal alustasin ma...“.

#### 4.2.4. Minaga seotud emotsionaalsed probleemid.

Projektiivmeetodina kasutati Inimese joonistamise testi (*Draw-A-Man*). Projektiivtesti skoorimisel kasutati skoorimissüsteemi (*Screening Procedure for Emotional Disturbance, SPED*; Naglieri, MacNeish & Bardos, 1991; eestindanud juhiste järgi Kõiv, 2015), kus uuritavatel paluti joonistada inimene. Kõikide osalejate projektiivjoonistused analüüsiti ja hinnati lähtuvalt *DAP:SPED* skoorimissüsteemi 55 tunnusest seoses uuritavate mina emotsionaalsete probleemidega nii eksperdi kui töö autori poolt. Skoorimissüsteemi kaheks peamiseks tunnusegrupiks olid figuuri mõõtmed ja figuuri sisu. Figuuri mõõtmete alla kuulusid figuuri suurus ja lehel paigutus (9 tunnust; nt. figuur oli kaldu, pikk või lühike, paberi ülemises või alumises osas) ning figuuri sisu hõlmas enda alla figuuri detaile (46 tunnust; nt. juuste ärajätmine, vasakule/paremale vaataav figuur, figuurist väljaspool varjutamine, hammaste olemasolu, kõõrdsilmsus jne vt tabel 8. esimene veerg ). Iga joonistust hinnati lähtuvalt võimaliku probleemi olemasolu tunnuseks peetava elemendi puudumisele või olemasolule (0 või 1). Inimese joonistamise testi pildid analüüsiti töö autori ja töö juhendaja poolt eraldiseisvalt ja vastastikune kooskõla oli 97 %.

### 4.3 Protseduur

Uuring viidi läbi Tööklubi programmis osalenud töötute seas. Uuringus ei esitata töötuid isikustatud kujul. Magistritöö andmekorje teostas töö autor. Eeluuring toimus esimesel sessioonil enne Tööklubi programmi algust ning järeluuringu viimasel sessioonil vahetult peale Tööklubi programmi lõppemist. Käesolevas töös on kajastatud eel- ja järeluuringu võrdlemisel saadud tulemused.

Uuringu kavandamisel ja läbiviimisel arvestati eetiliste põhimõtetega, mis puudutasid uuritavate anonüümsust ja andmete konfidentsiaalsust. Uuringute läbiviimiseks küsis töö autor Tööklubi programmi läbiviiva organisatsiooni juhtkonna nõusolekut uuringu teostamiseks, tutvustades uuringu eesmärki ja andmekogumise läbiviimist. Uuringu läbiviimisele eelnevalt tutvustas töö autor osalejatele uuringu eesmärgi, läbiviimise protseduuri ja selgitas, et uuringus osalemine on vabatahtlik, anonüümne ja tulemused avalikustatakse vaid üldistatud kujul teaduslikel eesmärkidel. Kuna eel- ja järeluuringu vahele jäi mitu kuud, selgitas töö autor uuringu eesmärgi ja protseduuri ka järeluuringu eel. Uuringus osalejad täitsid kõik neli uuringus kasutatud mõõtevahendit individuaalselt. Keskmise aeg kõigi nelja uurimisinstrumendi täitmiseks oli 30 minutit.

Andmeid koguti kuues Tööklubi grupis osalenud töötutelt ajavahemikul 2016 – 2018 (kokku 13 kuud). Esimene mõõtmisprotseduur viidi läbi iga grupi esimesel sessioonil enne Tööklubi programmi algust ning teine mõõtmisprotseduur viidi läbi iga grupi viimasel sessioonil, vahetult peale Tööklubi programmi lõppemist.

Osalejate **enesehinnangu ja eluga rahulolu** andmete sisestamiseks kasutati Microsoft Excel 2010 programmi ning andmeanalüüsiks programmi STATISTICA (versioon 10, StatSoft, USA). Keskmiste võrdlemiseks (nt. sõltuv muutuja) kasutati paarisvalimi *t*-testi. Olulisuse nivoo väärtuseks seati 0,05. Kasutatavate skaalade sisemise reliaabluse mõõtmiseks arvutati Cronbachi alfa koefitsiendid.

Osalejate **enese iseloomustamiseks koostatud avatud küsimustega ankeet** pilotiseeriti eeluuringu protsessi käigus, et hinnata mõõtevahendis olevate küsimuste selgust ja ühest arusaadavust. Esialgne ankeet sisaldas 15 lõpetamata lauset. Minaga seonduvat soovi kirjeldasid esialgses ankeedis avatud küsimused: „Ma tahan...“, „Ma tahaksin...“, „Ma soovin...“; minaga seotud võimet kirjeldasid küsimused: „Ma võiksin...“, „Ma suudan...“, „Võib-olla ma suudan...“; minaga seotud põhjuseid muutuse kaitseks kirjeldasid küsimused: „Ma tunneksin ennast ilmselt paremini, kui ma...“; minaga seotud vajadusi kirjeldasid avatud

küsimused: „Ma peaksin...“, „Ma pean...“, „Ma tõesti peaksin...“; minaga seotud pühendumist kirjeldasid avatud küsimused: „Ma hakkan...“, „Ma teen...“, „Ma kavatsen...“ ning minaga seotud meetmete võtmist käsitlesid küsimused: „Ma läksingi ja...“ ja „Sel nädalal alustasin ma...“. Pilotiseerimise järel eemaldati ankeedist tingivas kõneviisis sõnastatud ja teisi küsimusi dubleerivad avatud küsimused. Lõplik ankeet sisaldas 5 avatud küsimustega lauset.

Avatud vastustega ankeedi vastuste analüüsiks kasutati kvantitatiivset sisuanalüüsi. Sisuanalüüsi puhul luuakse saadud andmete põhjal kategooriad ja analüüsiühikud, mis annaksid edasi analüüsitava sisu olemust ja uuritava eesmärgi (Cohen, Manion & Morrison, 2005). Andmete sisestamiseks teemaplokkide kaupa kasutati Microsoft Word 2010 programmi, lisades igale lausele vastaja koodi. Kategooriate süsteemi loomisel võeti analüüsiühikuks maining. Maining võib koosneda ühest või mitmest sõnast. Sisuanalüüsi puhul vastuseid ei tõlgendata (Kalmus, Masso & Linno, 2015).

Teksti analüüsiks loeti vastuseid korduvalt ja leiti tähenduslike mainingute põhjal koodid. Sisuanalüüsi läbiviimiseks uuritavate minaga kirjelduste analüüsiks loodi kodeerimisjuhend (kodeerimisjuhend koos näidetega on toodud lisa 2.), milles, lähtuvalt püstitatud uurimisküsimustele, määratleti analüüsikategooriad. Reliaabluse suurendamiseks kodeerisid saadud andmeid kaks kodeerijat.

Mitmekordsete lugemiste käigus kodeeriti kõik uuritavate vastused, millest moodustati alakategooriad ja kategooriad (vt tabelid 3.-7.). Lähedaste kirjeldustega koodide koondamisel saadi kategooriad (Laherand, 2008). Korduval lugemisel täiendati kategooriate loetelu, koondades samatähenduslikud või sama tasandi kategooriate ühiste kategooriate alla.

Töötute mina kirjelduse kategooriad moodustusid 361 koodist. Tulemuste osas on esitatud mainingute osakaal tabelites protsendilisel kujul.

Kasutades programmi MS Excel 2010 ja STATISTICA (versioon 10, StatSoft, USA) arvutati alakategooriate ja kategooriate esinemissagedus ning eel- ja järeluurings saadud tulemuste vahel erinevused kasutades  $\chi^2$  testi.

**Inimese joonistamise testi** analüüsimisel, et identifitseerida uuritavate minaga seotud emotsionaalsed probleemid, kasutati *DAP:SPED* skoorimissüsteemi (Naglieri, MacNeish & Bardos, 1991; eestindanud Kõiv, 2015), mille alusel hinnati kõikide osalejate projektiivtsete lähtuvalt 55 Inimese joonistamise testi skoorimistunnust (vt tabel 8.). Tulemuste osas on esitatud tunnuste esinemissagedus tabelites protsendilisel kujul. Programmi STATISTICA (versioon 10, StatSoft, USA), kasutati  $\chi^2$  testi protsentide vaheliste statistiliselt oluliste erinevuste arvutamiseks.

## 5. Tulemused

### 5.1. Eluga rahulolu

Eluga rahulolu uurimiseks kasutati enesekohast Eluga rahulolu skaalat, mille kõrgem üldskoor viitab kõrgemale hinnangule. Eeluuringust selgus, et uuritavate keskmine skoor oli 2,77 ja järeluuringu oli keskmine skoor 2,86. Eel- ja järeluuringu skooride võrdlemisel saadud tulemused näitasid, et statistiliselt olulisi erinevusi võrdlemisel ei ilmnenud ( $t = -1,3$ ,  $p > 0,05$ ).

### 5.2. Üldine enesehinnang

Üldise enesehinnangu uurimiseks kasutati Üldist negatiivse enesehinnangu skaalat, mille kõikide väidete keskmine kõrgem üldskoor näitab kõrgemat negatiivset enesehinnangut. Eeluuringust ilmnas, et üldise negatiivse enesehinnangu skoor oli 1,9 ja järeluuringu oli keskmine skoor 1,84. Eel- ja järeluuringu skooride võrdlemisel statistiliselt olisi erinevusi ei ilmnenud ( $t = 0,79$ ,  $p > 0,05$ ).

### 5.3 Mina kirjeldus

**„Ma tahan“ avatud küsimuse käsitlemine eel- ja järeluuringu.** „Ma tahan“ kirjeldas minaga seonduvaid soovide, mille avatud küsimus oli: lõpeta lause „Ma tahan...“. Esimese avatud küsimuse kodeerimisel ja kategoriseerimisel, kasutades kvantitatiivset sisuanalüüsi, saadud kategooriad ja alakategooriad on toodud tabelis 3. Eel- ja järeluuringu mõõtmiste tulemuste põhjal käsitlesid töötud oma mina soovidega seonduvat sarnaselt. Kõige sagedamini tõid töötud välja töötamise ja kutse omandamise (eeluuringus 40% ja järeluuringu 46%) ning positiivse mina (sagedused vastavalt 40% ja 43%) kategooriasse kuuluvaid näiteid. Töötud pidasid nii eel- kui järeluuringu raames ühtlaselt oluliseks töötamist (sagedused vastavalt 20% ja 22%) ja kutseõpinguid, õpinguid, koolitusi, elukutse omandamist, teadmiste omandamist ning elukestvat õpet (sagedused vastavalt 20% ja 24%). Positiivse mina all tõid töötud soovidega seonduvalt välja kõige enam eneseusaldust ja eneseusku (sagedused vastavalt 17% ja 16%) ning mina ja tahtelist tegevust (sagedused vastavalt 6% ja 16%) iseloomustavaid vastuseid. Võrreldes eelmiste kategooriatega toodi eel- ja järeluuringu välja

vähem väliste asjaoludega (sagedused vastavalt 11% ja 8%) seotud vastuseid. Eeluuringus pöörasid osalejad enam tähelepanu oskustele ja suhetele võrreldes järeluuringuga (sagedused vastavalt 9% ja 0%).

Võrreldes alakategooriate esinemissagedusi, toodi kõige enam välja oma mina soovide käsitlemise kirjeldamisega (sagedused vastavalt 20% ja 22%) ja kutseõpingutega, õpingutega, koolitustega, elukutse omandamisega, teadmiste omandamisega ning elukestva õppega seotud näiteid (sagedused vastavalt 20% ja 24%). Nendele järgnesid eneseusalduse ja eneseusu (sagedused vastavalt 17% ja 16%), mina ja tahtelise tegevuse (sagedused vastavalt 6% ja 16%), materiaalse heaolu ja välise tunnustuse (sagedused vastavalt 9% ja 5%) ning positiivsete isiksuse joonte (sagedused vastavalt 3% ja 8%) alakategooria näited.

Oma mina soovidega seonduvalt kategooriate ja alakategooriate lõikes eel- ja järeluuringus statistiliselt olulisi erinevusi ei esinenud.

Tabel 3. Mainingute sagedus protsentides seoses avatud vastusega küsimusega „Ma tahan...”

Kategooria	Alakategooria	Eeluuring: mainingute sagedus %	Järeluuring: mainingute sagedus %	$\chi^2$
<b>Töötamine ja kutse omandamine</b>	<b>Alakategooria kokku</b>	<b>40</b>	<b>46</b>	0,26
	Töötamine	20	22	0,03
	Kutseõpingud, õpingud, koolitus, elukutse omandamine, teadmised, elukestev õpe	20	24	0,19
<b>Positiivne mina</b>	<b>Alakategooria kokku</b>	<b>40</b>	<b>43</b>	<b>0,08</b>
	Eneseusaldus ja eneseusk	17	16	0,01
	Enesenalüüs	3	0	1,07
	Enesedistsipliin	3	0	1,07
	Muutus seoses endaga	3	3	0,00
	Positiivsed isiksuse jooned	3	8	0,95
	Mina ja tahteline tegevus	6	16	2,01
	Tervis	6	0	2,17
<b>Oskused ja suhted</b>	<b>Alakategooria kokku</b>	<b>9</b>	<b>0</b>	<b>3,31</b>
	Sotsiaalne kompetentsus	6	0	2,17
	Suhted	3	0	1,07
<b>Välised asjaolud</b>	<b>Alakategooria kokku</b>	<b>11</b>	<b>8</b>	<b>0,23</b>
	Vaba aeg	3	3	0,00
	Materiaalne heaolu ja väline tunnustus	9	5	0,28
<b>Ei ole soove</b>	<b>Alakategooria kokku</b>	<b>0</b>	<b>3</b>	<b>0,96</b>
	Ei taha midagi	0	3	0,96

\*p<0,05



**„Ma suudan“ avatud küsimuse käsitus eel- ja järeluuringus.** „Ma suudan“ näitab minaga seonduvaid võimeid, mille avatud küsimus oli: lõpeta lause „Ma suudan...“. Teise avatud küsimuse kategooriad ja alakategooriad on toodud tabelis 4. Oma võimetega seoses töid töötud eel- ja järeluuringus kõige enam välja positiivse minaga seonduvaid aspekte (sagedused vastavalt 79% ja 74%) ning eelkõige just mina ja tahelist tegevust (sagedused vastavalt 32% ja 39%) kui ka esneseusaldust ja eneseusku (sagedused vastavalt 16% ja 24%) iseloomustavaid vastuseid. Töötamise ja kutse omandamise (sagedused vastavalt 5% ja 18%) üldkategoorias töid töötud võimetega seonduvalt rohkem järelhindamises välja töötamisega (sagedused vastavalt 5% ja 13%) ja ainult järelhindamises teadmistega (5%) seotud näiteid.

Võrreldes alakategooriate esinemissagedusi, toodi kõige enam võimete käsitluse kirjeldamisel mina ja tahtelise tegevusega (sagedused vastavalt 32% ja 39%) seotud näiteid, millele järgnesid eneseusaldus ja eneseusk (sagedused vastavalt 16% ja 24%) ning töötamine (sagedused vastavalt 5% ja 13%). Töötud käsitlesid eeluuringul oma võimetega seonduvat sagedamini oskustest ja suhetest lähtuvalt (sagedused vastavalt 16% ja 3%,  $\chi^2=4,09$ ,  $p<0,05$ ), mis tuleneb eelkõige sotsiaalse kompetentsuse käsitlemise sagedusest. Eelhindamises kasutasid töötud alakategooriat „muutus seoses endaga“ oma võimete kirjeldamiseks sagedamini kui järelhindamises (sagedused vastavalt 11% ja 0%,  $\chi^2=4,34$ ,  $p<0,05$ ).

Tabel 4. Mainingute sagedus protsentides seoses avatud vastusega küsimusega „Ma suudan...“

Kategooria	Alakategooria	Eeluuring: mainingute sagedus %	Järeluuring: mainingute sagedus %	$\chi^2$
<b>Töötamine ja kutse omandamine</b>	<b>Alakategooria kokku</b>	<b>5</b>	<b>18</b>	<b>3,01</b>
	Töötamine	5	13	1,33
	Teadmised	0	5	2,00
<b>Positiivne mina</b>	<b>Alakategooria kokku</b>	<b>79</b>	<b>74</b>	<b>0,23</b>
	Eneseusaldus ja eneseusk	16	24	0,65
	Enesenalüüs	8	3	1,11
	Enesedistsipliin	0	3	0,99
	Muutus seoses endaga	11	0	4,34*
	Positiivsed isiksuse jooned	6	3	0,38
	Mina ja tahteline tegevus	32	39	0,40
	Tervis	6	3	0,38
<b>Oskused ja suhted</b>	<b>Alakategooria kokku</b>	<b>16</b>	<b>3</b>	<b>4,09*</b>
	Enesekohased oskused	0	3	0,99
	Sotsiaalne kompetentsus	11	0	4,34*
	Suhted	5	0	2,11
<b>Välised asjaolud</b>	<b>Alakategooria kokku</b>	<b>0</b>	<b>5</b>	<b>2,00</b>
	Vaba aeg	0	5	2,00

\* $p<0,05$

**„Ma tunneksin ennast ilmselt paremini“ avatud küsimuse käsitlemine eel- ja järeluuringus.** „Ma tunneksin ennast ilmselt paremini“ näitab minaga seonduvaid põhjuseid muutuste kaitseks, mille avatud küsimus oli: lõpeta lause „Ma tunneksin ennast ilmselt paremini...“. Kolmanda avatud küsimuse kategooriad ja alakategooriad on toodud tabelis 5. Eel- ja järeluuringu mõõtmiste tulemuste põhjal käsitlesid töötud põhjustega seonduvat sarnaselt, kuigi esinesid mitmed erinevused. Mõlemate uuringute puhul tõid oma põhjuste käsitlemise kirjeldamiseks kõige enam positiivse mina kategooriasse kuuluvaid näiteid (sagedused vastavalt 41% ja 53%). Positiivse mina all tõid töötud põhjustena välja kõige enam eneseusaldust ja eneseusku (sagedused vastavalt 15% ja 14%), mina ja tahtelist tegevust (sagedused vastavalt 10% ja 11%) iseloomustavaid vastuseid. Lisaks eelnevale toodi positiivse mina all põhjustena välja enam järeluuringus eneseanalüüsi (sagedused vastavalt 0% ja 8%), enesedistsipliini ja enesekontrolli (sagedused vastavalt 3% ja 11%) ning tervist (sagedused vastavalt 0% ja 6%) kirjeldavaid vastuseid. Sageduse poolest teisena tõid töötud eel- ja järeluuringus põhjuste kirjeldamisel töötamise ja kutse omandamisega (sagedused vastavalt 26% ja 25%) seotud tulemuste kategooria näiteid, kus töötamist (sagedused vastavalt 13% ja 14%) ja kutseõpinguid, õpinguid, koolitusi, teadmisi ja karjääri (sagedused vastavalt 13% ja 11%) iseloomustavaid näiteid toodi välja võrdsel hulgal. Töötute poolt põhjuste kirjeldamisel toodi vähem oskuste ja suhete (sagedused vastavalt 18% ja 17%) ning väliste asjaolude (sagedused vastavalt 15% ja 6%) kategooria näiteid, kus oskuste ja suhete kategoorias tõid töötud välja kõige sagedamini suhteid iseloomustavaid lauseid.

Võrreldes alakategooriate esinemissagedusi, tõid töötud kõige enam põhjuste käsitlemise kirjeldamisel välja eneseusalduse ja eneseusuga (sagedused vastavalt 15% ja 14%) seotud näiteid, millele järgnesid töötamise ja kutseõpingute, õpingute, koolituse, teadmiste, karjääri (sagedused vastavalt 13% ja 11%), muutused seoses endaga (sagedused vastavalt 13% ja 3%), mina ja tahtelise tegevuse (sagedused vastavalt 10% ja 11%) ja suhete (sagedused 10% ja 11%) alakategooria näiteid.

Oma mina põhjustega seonduvalt kategooriate ja alakategooriate lõikes eel- ja järeluuringus statistiliselt olulisi erinevusi ei esinenud.

Tabel 5. Mainingute sagedus protsentides seoses avatud vastusega küsimusega „Ma tunneksin ennast ilmselt paremini...“

Kategooria	Alakategooria	Eeluuring: mainingute sagedus %	Järeluuring: mainingute sagedus %	$\chi^2$
<b>Töötamine ja kutse omandamine</b>	<b>Alakategooria kokku</b>	<b>26</b>	<b>25</b>	<b>0,00</b>
	Töötamine	13	14	0,02
	Kutseõpingud, õpingud, koolitus, teadmised, karjäär	13	11	0,05
<b>Positiivne mina</b>	<b>Alakategooria kokku</b>	<b>41</b>	<b>53</b>	<b>1,04</b>
	Eneseusaldus ja eneseusk	15	14	0,03
	Enesenalüüs	0	8	3,39
	Enesedistsipliin ja enesekontroll	3	11	2,20
	Muutus seoses endaga	13	3	2,57
	Mina ja tahteline tegevus	10	11	0,01
	Tervis	0	6	2,23
<b>Oskused ja suhted</b>	<b>Alakategooria kokku</b>	<b>18</b>	<b>17</b>	<b>0,02</b>
	Enesekohased oskused	3	0	0,94
	Sotsiaalne kompetentsus	5	6	0,01
	Suhted	10	11	0,01
<b>Välised asjaolud</b>	<b>Alakategooria kokku</b>	<b>15</b>	<b>6</b>	<b>1,90</b>
	Vaba aeg	8	6	0,14
	Materiaalne heaolu	8	0	2,88

\*p&lt;0,05

„Ma pean...“ avatud küsimuse käsitus eel- ja järeluuringus. „Ma pean...“ näitas minaga seonduvaid vajadusi, mille avatud küsimus oli: lõpeta lause „Ma pean...“. Neljanda avatud küsimuse kategooriad ja alakategooriad on toodud tabelis 6. Sarnaselt eelnevatele tulemustele, käsitlesid töötud eel- ja järeluuringu mõõtmiste tulemuste põhjal vajadustega seonduvat sarnaselt, kuigi esinesid mõned erinevused. Kõige sagedamini tõid töötud vajaduste käsitlemise kirjeldamisel mõlemate uuringute puhul välja positiivset mina (sagedused vastavalt 56% ja 58%) kirjeldavaid näiteid, tuues võrdsel määral välja enesedistsipliini ja enesekontrolli (sagedused vastavalt 15% ja 13%) ning mina ja tahtelist tegevust (sagedused vastavalt 15% ja 13%) iseloomustavaid vastuseid. Sageduse poolest teisena tõid mõlema uuringu raames töötud vajaduste käsitlemise kirjeldamisel töötamise ja kutse omandamise kategooria näiteid (sagedused vastavalt 26% ja 37%), eelkõige kutseõpinguid, õpinguid, koolitusi, elukutse omandamist, teadmiste omandamist, karjääri ja elukestva õpet iseloomustavaid lauseid (sagedused vastavalt 18% ja 26%). Eeluuringus tõid töötud järeluuringust enam välja oskuste ja suhetega (sagedused vastavalt 15% ja 3%) seotud

vastuseid. Vähem töid töötud välja väliste asjaoludega (sagedused vastavalt 3% ja 3%) kategooria näiteid.

Alakategooriate esinemissageduste võrdlemisel töid töötud kõige enam vajaduste käsitlemise kirjeldamisel välja kutseõpingutega, õpingutega, koolitustega, elukutse omandamisega, teadmiste omandamisega, karjääriga ja elukestva õppega seotud näiteid (sagedused vastavalt 18% ja 26%), millele järgnesid enesedistsipliini ja enesekontrolli (sagedused vastavalt 15% ja 13%), mina ja tahtelise tegevuse (sagedused vastavalt 15% ja 13%), eneseusalduse ja eneseusu (sagedused vastavalt 9% ja 13%), töötamise (sagedused vastavalt 9% ja 11%) ning muutus seoses endaga (sagedused vastavalt 9% ja 11%) alakategooria näited.

Oma mina vajadustega seonduvalt kategooriate ja alakategooriate lõikes eel- ja järeluurings statistiliselt olulisi erinevusi ei esinenud.

Tabel 6. Mainingute sagedus protsentides seoses avatud vastusega küsimusega „Ma pean...“

Kategooria	Alakategooria	Eeluuring: mainingute sagedus %	Järeluurings: mainingute sagedus %	$\chi^2$
<b>Töötamine ja kutse omandamine</b>	<b>Alakategooria kokku</b>	<b>26</b>	<b>37</b>	<b>0,89</b>
	Töötamine	9	11	0,06
	Kutseõpingud, õpingud, koolitus, elukutse omandamine, teadmised, karjäär, elukestev õpe	18	26	0,78
<b>Positiivne mina</b>	<b>Alakategooria kokku</b>	<b>56</b>	<b>58</b>	<b>0,03</b>
	Eneseusaldus ja eneseusk	9	13	0,34
	Enesenalüüs	3	0	1,13
	Enesedistsipliin ja enesekontroll	15	13	0,04
	Muutus seoses endaga	9	11	0,06
	Positiivsed isiksuse jooned	0	5	1,84
	Mina ja tahteline tegevus	15	13	0,04
	Tervis	6	3	0,47
<b>Oskused ja suhted</b>	<b>Alakategooria kokku</b>	<b>15</b>	<b>3</b>	<b>3,42</b>
	Enesekohased oskused	3	0	1,13
	Sotsiaalne kompetentsus	6	3	0,47
	Suhted	6	8	2,30
<b>Välised asjaolud</b>	<b>Alakategooria kokku</b>	<b>3</b>	<b>3</b>	<b>0,01</b>
	Vaba aeg	3	0	1,13
	Materiaalne heaolu	0	3	0,91

\*p<0,05

„Sel nädalal alustasin ma...“ avatud küsimuse käsitus eel- ja järeluuringus. „sel nädalal alustasin ma...“ näitab minaga seonduvaid meetmete võtmist, mille avatud küsimus oli: lõpeta lause „Sel nädalal alustasin ma...“. Viimase avatud küsimuse kategooriad ja alakategooriad on toodud tabelis 7.

Tabel 7. Mainingute sagedus protsentides seoses avatud vastusega küsimusega „Sel nädalal alustasin ma...“

Kategooria	Alakategooria	Eeluuring: mainingute sagedus %	Järeluuring: mainingute sagedus %	$\chi^2$
<b>Töötamine ja kutse omandamine</b>	<b>Alakategooria kokku</b>	<b>44</b>	<b>31</b>	<b>1,08</b>
	Töötamine	16	14	0,02
	Kutseõpingud, õpingud, koolitus, karjäär	28	17	1,16
<b>Positiivne mina</b>	<b>Alakategooria kokku</b>	<b>44</b>	<b>49</b>	<b>0,16</b>
	Enesenalüüs	9	3	1,27
	Muutus seoses endaga	3	17	3,51
	Mina ja tahteline tegevus	22	20	0,04
	Tervis	9	9	0,01
<b>Oskused ja suhted</b>	<b>Alakategooria kokku</b>	<b>3</b>	<b>0</b>	<b>1,11</b>
	Suhted	3	0	1,11
<b>Välised asjaolud</b>	<b>Alakategooria kokku</b>	<b>9</b>	<b>20</b>	<b>1,49</b>
	Vaba aeg	9	20	1,49

p<0,05

Sarnaselt eelnevatele tulemustele käsitlesid töötud eel- ja järeluuringu mõõtmiste tulemuste põhjal meetmete võtmisega seonduvat sarnaselt, kuid esinesid mõningad erinevused. Ka seekord tõid töötud meetmete võtmise kirjeldamisel kõige sagedamini välja positiivset minag (sagedused vastavalt 44% ja 49%) kirjeldavaid näiteid ning taaskord mina ja tahtelise tegevusega (sagedused vastavalt 22% ja 20%) seotud vastuseid. Kusjuures arvestatav hulk vastanutest tõi eeluuringuga võrreldes sagedamini välja muutus seoses endaga (sagedused vastavalt 3% ja 17%) alakategooria näiteid. Sageduselt teisena tõid töötud meetmete võtmise käsitlemisel eel- ja järeluuringus töötamise ja kutse omandamise kategooria näiteid (sagedused vastavalt 44% ja 31%) ning eelkõige kutseõpinguid, õpinguid, koolitusi ja karjääri (sagedused vastavalt 28% ja 17%) ning töötamist (sagedused vastavalt 16% ja 14%) iseloomustavaid vastuseid. Kui eelnevalt tõid töötud vähem välja väliseid asjaolusid kirjeldavaid vastuseid, siis meetmete võtmisega seonduvalt tõid eeluuringus 9% vastanutest ja järeluuringus 20% vastanutest välja vaba aega iseloomustavaid lauseid.

Alakategooriate esinemissageduste võrdlemisel tõid töötud meetmete võtmise kirjeldamisel kõige enam kutseõpingutega, õpingutega, koolitusega ja karjääriga (sagedused vastavalt 28% ja 17%), mina ja tahtelise tegevusega (sagedused vastavalt 22% ja 20%), vaba

ajaga (sagedused vastavalt 9% ja 20%), töötamisega (sagedused vastavalt 16% ja 14) ning muutusega seoses endaga (sagedused vastavalt 3% ja 17%) seotud näiteid.

Minaga seotud meetmete võtmisega seonduvalt kategooriate ja alakategooriate lõikes eel- ja järeluurings statistiliselt olulisi erinevusi ei esinenud.

## 5.4 Minaga seotud emotsionaalsed probleemid

Selleks, et selgitada välja, kas *DAP:SPED* skoorimissüsteem identifitseeris tunnuseid seoses uuritavate mina emotsionaalsete probleemidega, hinnati kõiki projektiivjoonistusi lähtuvalt *DAP:SPED* skoorimissüsteemi 55 tunnustest (vt tabel 8.). Eel- ja järeluuringu võrdlemisel selgus, et 55-st emotsionaalse probleemide tunnusest olid 7 tunnuse esinemissagedus statistiliselt oluliselt erinev. Eeluuringu käigus ilmnis rohkematel joonistustel emotsionaalsetele probleemidele osutavaid tunnuseid kui järeluuringus (eeluuringu joonistuste analüüsimisel tuvastati 90% tunnustest, järeluuringus 76%,  $\chi^2=4,25$ ,  $p<0,05$ ).

Eel- ja järeluuringu projektiivjoonistuste hindamiste tulemuste põhjal töid uuritavad oma minaga seotud emotsionaalsete probleemidena välja sarnaseid tunnuseid, kuigi erinesid mitmed olulised erinevused. Koguvalimist ( $n=35$ ) olid eel- ja järeluuringus järgnevad tunnused kõige sagedasemad: objektiga seotud figuur (välja arvatud agressiivsed sümbolid ja esemed nagu prillid/ehded) (eeluuringus 54% ja järeluuringus 26%), pikk figuur (sagedused vastavalt 49% ja 40%), suur figuur (sagedused vastavalt 34% ja 23%), alla asetus (sagedused vastavalt 29% ja 26%), vasakule asetus (sagedused vastavalt 34% ja 26%) ja sõrmede- (sagedused vastavalt 31 % ja 31 %) ning käte ärajätmine (käte ja sõrmede ärajätmine) (sagedused vastavalt 29 % ja 23 %).

Eel- ja järeluuringu uuritavate mina emotsionaalsete probleemide tulemuste võrdlemisel selgus, et statistiliselt oluline erinevus esines järgmiste tunnuste puhul: objekt seotud figuuriga (välja arvatud agressiivsed sümbolid ja esemed nagu prillid, ehded) (sagedused vastavalt 54% ja 26%,  $\chi^2=5,95$ ,  $p<0,01$ ), jalgade varjutamine (sagedused vastavalt 31% ja 3%,  $\chi^2=10,06$ ,  $p<0,01$ ), käte varjutamine (sagedused vastavalt 37% ja 11%,  $\chi^2=6,29$ ,  $p<0,01$ ) ja jalgadevahe varjutamine (sagedused vastavalt 34% ja 11%,  $\chi^2=5,19$ ,  $p<0,05$ ), küüned (sagedused vastavalt 11% ja 0%,  $\chi^2=4,24$ ,  $p<0,05$ ), transparent pilt (kehaosad paistavad läbi riide või mõne teise kehaosa) (sagedused vastavalt 17% ja 0 %,  $\chi^2=6,56$ ,  $p<0,01$ ) ja taasalustamine (figuuri kustutamine, maha kriipsutamine või lõpetamata jätmine) (sagedused vastavalt 49% ja 3%,  $\chi^2=19,15$ ,  $p<0,01$ ).

Tabel 8. Inimese joonistamise testi *DAP:SPED* skoorimissüsteemi tunnuste esinemissagedus eel- ja järeluurings

<i>DAP:SPED</i> skoorimise tunnused	Eeluuring: tunnuste sagedus %	Järeluurings: tunnuste sagedus %	$\chi^2$
1. Pikk figuur	49	40	0,52
2. Lühike figuur	20	11	0,97
3. Suur figuur	34	23	1,12
4. Väike figuur	17	14	0,11
5. Üles asetus	29	11	3,21
6. Alla asetus	29	26	0,07
7. Vasakule asetus	34	26	0,61
8. Paremale asetus	6	3	0,35
9. Kaldus figuur	9	0	3,13
10. Jalad koos	6	9	0,22
11. Alusjoone joonistamine	6	0	2,06
12. Tähed/numbrid	11	9	0,16
13. Pööratud leht	0	0	0,00
14. Vasakule/paremale vaatav figuur	11	6	0,73
15. Figuur vaatab eemale	3	0	1,01
16. Ebaproportsionaalne seotus	3	0	1,01
17. Transparent pilt	17	0	6,56**
18. Taasalustamine	49	3	19,15**
19. Pea ärajätmine	3	0	1,01
20. Juuste ärajätmine	17	9	1,15
21. Silmade ärajätmine	6	3	0,35
22. Nina ärajätmine	6	6	0,00
23. Suu ärajätmine	9	3	1,06
24. Torso ärajätmine	3	11	0,00
25. Käevarte ärajätmine	6	11	0,35
26. Sõrmede ärajätmine	31	31	0,00
27. Jalalabade ärajätmine	23	11	1,61
28. Jalgade ärajätmine	20	14	0,40
29. Jalgadevahe kustutamine	3	3	0,00
30. Jalgadevahe varjutamine	34	11	5,19*
31. Käte varjutamine	37	11	6,29**
32. Jalgade varjutamine	31	3	10,06**
33. Figuurist väljaspool varjutamine	0	3	1,01
34. Tühjad silmad	17	11	0,47
35. Suletud silmad	6	6	0,00
36. Kõrdsilmad	0	3	1,01
37. Pilk paremale/vasakule	14	11	0,13
38. Kortsus suu	3	0	1,01
39. Kriipsu suu	20	17	0,09
40. Hambad	6	14	1,43
41. Objekt suus	3	0	1,01
42. Väljasirutatud käed	9	9	0,00
43. Käed külgedel	11	3	1,94
44. Mittekooskõlaline käte positsioon	17	14	0,11



45. Käte ärajätmine	29	23	0,30
46. Peidetud käed	20	23	0,08
47. Käed rusikas	11	3	1,94
48. Küüned	11	0	4,24*
49. Agressiivsed sümbolid	0	0	0,00
50. Objekt seotud figuuriga	54	26	5,95**
51. Taust on joonistatud	9	3	1,06
52. Monstrum	3	3	0,00
53. Mitu figuuri	3	0	1,01
54. Paljas figuur	6	9	0,22
55. Mundris figuur	0	0	0,00

---

\*p<0,05, \*\*p<0,01

## 6. Arutelu

Magistritöö eesmärk oli välja selgitada Tööklubi programmi mõju programmis osalenud 16–29-aastaste töötute minale võrreldes programmile eelnenud olukorda programmijärgse olukorraga.

Uuringus püstitati esimeseks uurimisküsimuseks: *Mil määral esineb Tööklubi programmis osalejatel programmi järgselt muutusi võrreldes programmile eelnenud olukorraga seoses enesehinnaguga?* Uuringu tulemused näitasid, et osalejate üldise negatiivse enesehinnangu aritmeetiline keskmine osutus järeluuringus madalamaks, võrreldes eeluuringu keskmisega. Kuigi statistiliselt olulisi erinevusi ei esinenud, peegeldasid tulemused tendentsi, et osalejate üldine enesehinnang kaldus paranema Tööklubi programmi lõpuks, võrreldes Tööklubi programmile eelnenud olukorraga. Tulemust võib selgitada asjaolu, et töötute enesehinnang on seotud mitmete teiste faktoritega (suhtlusvõrgustik, vaesus jm) mille mõju võis olla osalejate enesehinnangule tugevam ja positiivsed muutused võtavad rohkem aega. Sarnaseid tulemusi on kirjeldanud Harry ja Tiggemann (1992), kes leidsid, et töötute enesehinnang oli seotud teiste teguritega, nagu toetusvõrgustik, töötuse pikkus, sugu jne., mõjutades rakendatud koolituse tulemusi.

Vaadates Tööklubi programmi teemasid, siis mitmed neist olid seotud osalejate enesehinnanguga. Näiteks osalejate minaga seotud (eneseusaldus, enesehinnang) teemad, meeskonnatöö ja negatiivsete emotsioonidega toimetulek, suhtlemis-, probleemilahendus- ja sotsiaalsete oskuste arendamine. Tööklubi programm võimaldab osalejate enesehinnangu teemadega tegeleda, sest üheks Tööklubi eesmärgiks on luua turvaline keskkond, kus osalejad saavad jagada oma kogemusi ning saada tuge juhendajalt ja teistelt osalejatelt. See omakorda on heaks tagasisideks grupijuhile ning võimaldab vajadusel sekkuda nii grupis kui individuaalselt.

Käesolevaid tulemusi toetavad ka erinevad uuringud, kus on leitud, et grupisekkumist, sh. Tööklubi rakendavad programmid, vähendavad töötuse emotsionaalset pinget (Guindon & Smith, 2002) ja vähendavad ärevust, stressi ja depressiooni sümptomeid, tõstavad enesehinnangut ja enesetõhusust (nt Azrin, Flores & Kaplan, 1975; Bhat, 2010; Borland, 2014; Creed, Bloxsome & Johnston, 2001; Koen, Klehe & Van Vianen, 2013; Sage, 2014; Yalom & Leszcz, 2005). Neid tulemusi toetab Moore jt (2016) ülevaateartiklis väljatoodu, kus leiti rohkem kui 1000 osalejaga uuringutest, et Tööklubi programm vähendab osalejate depressiooni sümptomeid. Sowislo ja Orth (2013) leidsid metaanalüüsis, et depressioon on tugevalt seotud enesehinnanguga ja enesehinnangu tõstmist toetavad sekkumised on olulised

depressiooni ennetamiseks. Autorid leidsid ka, et madal enesehinnang on seotud ärevusega vastastikuselt, kus madal enesehinnang põhjustas ärevust ja ärevus soodustas madalat enesehinnangut.

Teise uurimisküsimusena püstitati: *Mil määral esineb Tööklubi programmis osalejatel programmi järgselt muutusi võrreldes programmile eelnenud olukorraga seoses eluga rahuloluga?* Uuringu tulemustest selgus, et osalejate keskmine skoor seoses eluga rahuloluga oli järeluuringu kõrgem võrreldes eeluuringuga. Kuigi statistiliselt olulisi erinevusi ei esinenud, oli tendents, et Tööklubi programmis osalejate eluga rahulolu suurenes programmi järgselt, võrreldes programmile eelnenud olukorraga. Eel- ja järeluuringu vahe pikkus võib olla üks põhjustest. Seda toetab Lucas jt (2004) uuring, kus leiti, et töötuskogemus omab märgatavat rolli inimese eluga rahulolule. Mõned inimesed kohanevad kiiresti, teised vajavad rohkem aega. Uuringust leiti ka, et inimesed, kes kogesid töötuse ajal suurt langust seoses eluga rahuloluga ei saavutanud enne töötuskogemust omatud eluga rahulolu taset ka mitmete aastate möödumisel peale töökoha leidmist.

Tööklubi programmi rakendajate seisukohast on oluline arvestada, et eluga rahulolumatust ning pikemaajalist töötust kogenud noored vajavad rohkem toetust, mida toetab ka Euroopa Komisjoni kaasatuse strateegia (Programmi „Erasmus+“..., 2014), kus tuuakse välja, et eakaaslastega võrreldes ebasoodsamas olukorras olevad noored võivad kogeda majanduslikke takistusi nagu madal elatusstandard, madal sissetulek ja pikaajaline töötus, mis raskendavad nende osalemist tööhõives, formaalses- ja mitteformaalses hariduses ning laiemalt kogu ühiskonnas. Võrreldes oma sissetulekuid ja elatusstandardit eakaaslastega, võivad inimesed tunda suhtelist kaotust, mis tekitab negatiivseid emotsioone ja eluga rahulolematust (Wu & Li, 2013).

Lent (2004) toob välja, et inimese rahulolu tõstmisele suunatud sekkumistes on oluline keskenduda sotsiaalse osaluse toetamisele, negatiivsete emotsioonide mõistmisele, enesetõhususe tõstmisele ja tagaside kogumisele inimese käekäigu kohta, eesmärkide seadmisele ja inimese väärtustele (Ryan & Deci, 2001), millele keskenduti ka käesolevas Tööklubi programmis (lisaks teistele teemadele): oma peamiste- ja alaeesmärkide sõnastamisele ning eesmärkide saavutamiseks vajalike sammude tegemisele, stressi ja negatiivsete emotsioonidega toimetulekule, töötajate enesetõhususe ja prosotsiaalsete hoiakute tugevdamisele, kasutades individuaalset lähenemist.

Kolmas uurimisküsimuse oli: *Missugused on Tööklubi programmis osalejatel programmi järgselt muutused võrreldes programmile eelnenud olukorraga seoses oma mina kirjeldustega.* Uuringu tulemusena selgus, et uurivad töid eel- ja järeluuringu kõige

sagedamini välja positiivse mina ning töötamise ja kutse omandamisega seonduvaid aspekte. Alakategooriate lõikes tõid uuritavad eel- ja järeluuringu läbivalt välja töötamist, mina ja tahtelist tegevust kirjeldavaid tunnuseid. Uuringu alguses pöörasid uuritavad teiste aspektide seas rohkem tähelepanu oma sotsiaalsele kompetentsusele ja positiivsele muutusele seoses endaga võrreldes Tööklubi programmile järgneva olukorraga. Käesolevad leiud võivad olla seotud rakendatud koolitus programmi sisuga, millega uuritavad tegelesid erinevate sessioonide käigus.

Neljandaks uurimisküsimuseks püstitati: *Mil määral esineb Tööklubi programmis osalejatel programmi järgselt muutusi võrreldes programmile eelnenud olukorraga seoses minaga seotud emotsionaalsete probleemidega?* Uuringu tulemusena selgus, et võrreldes Tööklubi programmile eelnenud olukorraga ilmnis Tööklubi programmi järgselt vähematel projektiivjoonistustel uuritavate minaga seotud emotsionaalseid probeeme näitavaid tunnuseid võrreldes eeluuringu ja järeluuringu tulemust, mis oli statistiliselt oluline erinevus ja näitab, et uuritavate minaga seotud emotsionaalsed probleemid vähenesid. Käesolevate tulemustega võib paralleele tõmmata Wrightson ja Saklofske (2013) uuringuga, kus *DAP:SPED* skoorimissüsteemi kasutades oli võimalik eristada tavakäitumisega noorte gruppi riskikäitumisega noorte grupist.

Sarnaselt käesolevas uuringus välja tulnud tunnustele leidis Kõiv (2015), võrreldes tõsise riskikäitumisega noori (alaealisi õigusrikkujaid) ning tavakäitumisega noori, et kõikide noorte lõikes joonistasid oma kehaga rahulolevad noored sagedamini suuri figure ning taasalusid (kustutasid/ kriipsutasid maha) joonistusi, samal ajal kui kehaga rahulolematud joonistasid sagedamini ilma käteta figure. Oma kehaga kõrge rahuloluga noored kasutasid sagedamini jalgadevahe varjutamist ja joonistasid figure lehekülje alla vasakusse serva. Kõrge- ja madala kehaga rahuloluga tavakäitumisega noored joonistasid sagedamini suuri figure ja kasutasid taasalustamist.

Käesolevas uuringus enim esile toodud tunnuste analüüsimisel on Machover (1950) välja toonud, et kehaosad, mis osutavad emotsionaalsetele probleemidele, mis on seotud minaga seotus konfliktidega on enamasti ärajätmise või erikohtlemise näol käed ja jalad, õlad, käevarred, nina, kõrvad, jalgevahe ja vöökoht. Kustutamist ja varjutamist peetakse ärevuse väljenduseks, kusjuures kustutamine näitab ilmselt rahulolematust, olles rohkem seotud teadliku kontrolliga, olles katseks ennast muuta ja täiustada. Nagu ka teiste tunnuste puhul, interpreteeritakse joonistusel kujutatud varjutatud piirkonda lähtuvalt selle funktsioonist. Näiteks, riiete piiride varjutamine võib olla seotud keha varjamise sooviga. Figuuri joonistamine lehekülje vasakusse serva võib osutada osutab enesekindlusele ning alla

asetus kurvameelsusele. Väga suure figuuri kujutamine võib viidata enesehinnangu probleemidele.

Uuringu tulemused annavad olulist tagasisidet Tööklubi programmi rakendajatele programmi mõju ja kitsaskohtade kohta ning programmi rahastajatele ja koostööpartneritele. Näiteks saavad nad selle tulemusena hinnata sarnaste projektide läbiviimise kasulikkust noorte töötute toetamisel ja pikaajalise töötuse riskitegurite vähendamisel.

Programmi jooksul toimunud positiivsed muutused võrreldes programmile eelnenud olukorraga näitavad, et sihtrühmale suunatud Tööklubi programmi tegevused on olnud edukad. Samas ilmnesid programmi tulemuste analüüsimisel teatud aspektid, millele tasub tulevikus rohkem tähelepanu pöörata. Näiteks osalejate enesehinnangus ja eluga rahulolus ilmnesid programmi eel- ja järeluuringut silmas pidades positiivsed muutused, kuid nende muutuste ulatus jäi tagasihoidlikuks, andes Tööklubi programmi rakendajatele tagasisidet, et tulevikus on oluline pöörata enam tähelepanu vastavatele teemakäsitlustele ning viia sisse vajalikud muudatused programmi efektiivsuse tõstmiseks selles vallas.

Magistritöö piirangutena võib välja tuua uuritavate vähesuse ja kontrollrühma puudumise eel- ja järeluuringus. Eel- ja järeluuringu tulemuste osas leitud erinevused võisid tuleneda lisaks teistest töötuid mõjutavatest teguritest nagu perekond, teistel koolitustel või Tööpraktikal osalemine, nõustamisteenuste kasutamine jm. Kuna nende mõjusid pole uuritud, on keeruline teha kindlaid järeldusi programmi mõju osa noortele töötutele. Lisaks moodustasid valimi kindlas vanusegrupis olevad ja ühes maakonnas elavad töötud (16–29-aastased noored), mistõttu on piiratud tulemuste üldistatavus.

Kuigi Tööklubi programmi temaatikat on varasemalt käsitletud erinevate teadustöötutes ja Eesti Töötukassa poolt läbi viidud analüüsis, on autorile teadaolevalt käesolev töö esimene antud Tööklubi programmi mõju käsitlev uuring. Sellest tulenevalt jäid mitmed teemaga seotud valdkonnad töö mahu tõttu käesoleva töö piiridest välja.

Tulevikus on kasulik Tööklubi programmi pikaajalise mõju uurimiseks sarnase metoodikaga mõju hindamise läbiviimine näiteks pool aastat või aasta peale programmi lõpetamist. Lisaks on soovitat läbi viia kvantitatiivseid ja kvalitatiivseid uuringuid, et vaadelda lisaks Tööklubi programmile teiste koolitusosade mõju töötutele. Uurida tasub ka seda, kuivõrd sõltuvad tulemused teistest faktoritest, nagu toetusvõrgustik, vastajate haridus ja töötuse perioodi pikkus.

## Kokkuvõte

Magistritöö on esimene uuring, mis käsitleb 2002. aastal Eesti olusid arvesse võttes koostatud Tööklubi programmi mõju. Magistritöö eesmärk oli välja selgitada Tööklubi programmi mõju programmis osalenud 16–29-aastaste töötute minale võrreldes programmile eelnenud olukorda programmijärgse olukorraga.

Lähtuvalt töö eesmärkidest püstitati neli uurimisküsimust:

1. Mil määral esineb Tööklubi programmis osalejatel programmi järgselt muutusi võrreldes programmile eelnenud olukorraga seoses enesehinnaguga?
2. Mil määral esineb Tööklubi programmis osalejatel programmi järgselt muutusi võrreldes programmile eelnenud olukorraga seoses eluga rahuloluga?
3. Missugused on Tööklubi programmis osalejatel programmi järgselt muutused võrreldes programmile eelnenud olukorraga seoses oma mina kirjeldustega?
4. Mil määral esineb Tööklubi programmis osalejatel programmi järgselt muutusi võrreldes programmile eelnenud olukorraga seoses minaga seotud emotsionaalsete probleemidega?

Töö eesmärgi saavutamiseks viis autor läbi kvantitatiivse hindamisuuringu, mille raames hinnati vahetu eel- ja järeluuringu kuues Tööklubi programmis osalenud töötute seas toimunud muutusi osalejate hinnangute põhjal. Valimisse kuulusid 35 nii eel- kui järeluuringu ajal ühe organisatsiooni koolitustel ja nende raames Tööklubi programmi läbinud 16–29-aastased mees- ja naissoost osalejad. Andmete kogumiseks kasutati nelja uurimisinstrumenti (avatud- ja suletud küsimustega ankeete ja Inimese joonistamise testi).

Uuringu tulemused peegeldasid tendentsi, et osalejate üldine enesehinnang ja eluga rahulolu paranes (kuigi skooris statistiliselt olulist erinevust ei ilmnenud) Tööklubi programmi lõpuks võrreldes Tööklubi programmile eelnenud olukorraga.

Eel- ja järeluuringu mõõtmiste tulemuste põhjal käsitlesid töötud minaga seonduvaid soove, võimeid, põhjuseid, vajadusi ja meetmete võtmist sarnaselt. Kõige enam tõid uuritavad eel- ja järeluuringu väljakuulutatud üldkategoriate lõikes positiivse mina ning töötamise ja kutse omandamisega seonduvaid aspekte ning alakategoriate lõikes töötamist, mina ja tahtelist tegevust kirjeldavaid tunnuseid. Uuringu alguses pöörasid uuritavad teiste aspektide seas rohkem tähelepanu oma sotsiaalsele kompetentsusele ja positiivsele muutusele seoses endaga võrreldes Tööklubi programmile järgneva olukorraga, olles statistiliselt oluline ja mis võivad olla seotud rakendatud programmi sisuga, millega uuritavad tegelesid erinevate sessioonide käigus.

Oluline positiivne tulemus ilmnis osalejate minaga seotud emotsionaalsete probleemide võrdlemisel Töökлубi programmi järgselt Töökлубi programmile eelnenud olukorraga, kust selgus, et Töökлубi programmi järgselt esines vähematel projektiivjoonistustel uuritavate minaga seotud emotsionaalseid probleeme näitavaid tunnuseid näitades, et uuritavate minaga seotud emotsionaalsed probleemid vähenesid.

Läbivad märksõnad: mina, töökлубi, enesehinnang, eluga rahulolu, emotsionaalsed probleemid

## Summary

### **The impact of the Job Club programme on the evaluations of the unemployed persons aged 16-29 regarding their self**

This Master's thesis is the first study that deals with the impact of the Job Club programme, which was adapted to Estonian conditions and compiled in 2002. The aim of this thesis was to study the impact of the Job Programme on the self of the 16-29-year-old unemployed participants of the programme-comparing the evaluations of their self twice - preceding and following the programme.

Four research questions were established arising from this thesis:

1. To which extent do the participants of the Job Club programme manifest changes in their self esteem in comparison to the situation before the programme and after the completion of the programme?
2. To which extent do the participants of the Job Club programme manifest changes in their life satisfaction in comparison to the situation before the programme and after the completion of the programme?
3. Which are the changes the participants of the Job Club programme manifest in terms of descriptions of their self (wish, ability, reasons, needs and taking action) in comparison to the situation before the programme and after the completion of the programme?
4. To which extent do the participants of the Job Club programme manifest changes regarding the emotional problems of their self in comparison to the situation before the programme and after the completion of the programme?

For the purposes of achieving the aim of this thesis, the author carried out a quantitative assessment study that employed immediate preliminary and follow-up studies of the participants of six Job Club programmes. The study assessed the changes among the unemployed participants on the basis of their own evaluations. The sample consisted of 35 male and female participants between the ages of 16 and 29. Throughout the preliminary and follow-up studies, all of the participants attended the training at the same institution, where they also completed the Job Club programme. Data was collected with four research instruments (questionnaires containing open and closed questions as well as the Draw-a-Person test).

The results of the study indicated that the participants' general self esteem and life satisfaction improved (though the score did not evidence a statistically significant difference) when the comparison was drawn between the situation before the programme and at the completion of the Job Club programme.

On the basis of the results of the measurements of the preliminary and follow-up studies the unemployed approached similarly to the topics of wishes, abilities, reasons, needs and taking action. In terms of general categories the notion of the positive self and aspects related to working and acquiring a profession were highlighted the most, while in subcategories the respondents outlined features describing working, self and taking wilful action. At the beginning of the study the subjects were focused more on the aspects concerning their social competency and positive changes in themselves after the completion of the programme. This was also deemed statistically significant and could be related to the content of the programme that was implemented and the participants worked through in different sessions.

A positive result has emerged in a comparison of the situations before and after the completion of the programme concerning the emotional problems of the participants' self. The projective drawings done after the completion of the programme indicated less characteristics referencing to emotional problems and showed that the participants' emotional problems of their self decreased.

Keywords: self, Job Club, self esteem, life satisfaction, emotional problems



## **Tänu sõnad**

Minu suurim tänu juhendaja Kristi Kõivule hoolimise ja toetuse ning suunamise ja konstruktiivse kriitika eest.

Minu südamlük tänu uuringus osalenud asutuse juhtkonnale ja Tööklubide juhendajatele ja uuringus osalenutele koostöövalmiduse eest. Ühtlasi tänan Euroopa Sotsiaalfondi ja teisi partnereid koolitusprogrammi rahastamise eest.

Kõige olulisem tänu kuulub abikaasale, kes läbi aastate toetas minu pingutusi ning motiveeris tööd lõpuni tegema.

## **Autorsuse kinnitus**

Kinnitan, et olen koostanud ise käesoleva lõputöö ning toonud korrektselt välja teiste autorite ja toetajate panuse. Töö on koostatud lähtudes Tartu Ülikooli haridusteaduste instituudi lõputöö nõuetest ning on kooskõlas heade akadeemiliste tavadega.

Allkiri /allkirjastatud digitaalselt/

Kuupäev 28.05.2018

## Kasutatud kirjandus

- Azrin, N. H., & Besalel-Azrin, V. A. (1980). *Job club counselor's manual: A behavioral approach to vocational counseling*. Austin, TX: Pro-Ed, Inc..
- Azrin, N. H., Flores, T., & Kaplan, S. J. (1975). Job-finding club: A group-assisted program for obtaining employment. *Behaviour Research and Therapy*, 13(1), 17–27.
- Baumeister, R. F. (1997). Identity, self-concept, and self-esteem: The self lost and found. In *Handbook of personality psychology* (pp. 681–710).
- Bell, D., & Blanchflower, D. G. (2010, June 6 ). Young people and recession: A lost generation?. *Economic Policy*, 5. Külastatud aadressil [http://www.dartmouth.edu/~blnchflr/papers/Economic%20Policy%20Article%20v3\\_24.pdf](http://www.dartmouth.edu/~blnchflr/papers/Economic%20Policy%20Article%20v3_24.pdf)
- Bhat, C. S. (2010). Assisting unemployed adults find suitable work: A group intervention embedded in community and grounded in social action. *The Journal for Specialists in Group Work*, 35(3), 246–254.
- Blascovich, J., & Tomaka, J. (1991). Measures of Self-Esteem. In J. P. Robinson, P. R. Shaver, & L. S. Wrightsman (Eds.), *Measures of personality and social psychological attitudes* (pp. 115–160). San Diego, CA: Academic Press.
- Bley, S. J., Hametner, M., Dimitrova, A., Ruech, R., De Rocchi, A., Gschwend, E., & Umpfenbach, K. (2017). *Smarter, greener, more inclusive? Indicators to support the Europe 2020 strategy-2017 edition* (pp. 25–54). Publications Office of the European Union, Luxembourg. Külastatud aadressil <http://ec.europa.eu/eurostat/web/products-statistical-books/-/KS-EZ-17-001>
- Bolles, R. N. (2000). *Mis värvi on sinu langevari?: Praktiline käsiraamat neile, kes töökohta otsivad või vahetada tahavad*. K. Leppikson (Toim). Tallinn: K-Kirjastus.
- Bond, G. R., Kim, S. J., Becker, D. R., Swanson, S. J., Drake, R. E., Krzos, I. M. & Frounfelker, R. L. (2015). A controlled trial of supported employment for people with severe mental illness and justice involvement. *Psychiatric Services*, 66(10), 1027–1034.
- Borich, G. D., & Tombari, M. L. (1997). *Educational psychology: A contemporary approach*. (2nd ed.). York, NY, England: Longman Publishing/Addison Wesley L.
- Borland, J. (2014). Dealing with unemployment: What should be the role of labour market programs?. *Evidence Base*, 4(1), 1–21.

- Brenninkmeijer, V., & Blonk, R. W. (2011). The effectiveness of the JOBS program among the long-term unemployed: a randomized experiment in the Netherlands. *Health Promotion International*, 27(2), 220–229.
- Brown, S. D., & Lent, R. W. (Toim). (2013). *Career development and counseling: Putting theory and research to work*. John Wiley & Sons, Inc..
- Chen, Y. W. (2011). Once a NEET always a NEET? Experiences of employment and unemployment among youth in a job training programme in Taiwan. *International Journal of Social Welfare*, 20(1), 33–42.
- Clark, A. E. (2003). Unemployment as a Social Norm: Psychological Evidence from Panel Data. *Journal of Labor Economics*, 21(2), 323–351.
- Clark, A., Georgellis, Y., & Sanfey, P. (2001). Scarring: The psychological impact of past unemployment. *Economica*, 68(270), 221–241.
- Cohen, L., Manion, L., & Morrison, K. (2005). *Research Methods in Education* (5th ed.). London, New York: Taylor & Francis.
- Creed, P. A., Bloxsome, T. D., & Johnston, K. (2001). Self-esteem and self-efficacy outcomes for unemployed individuals attending occupational skills training programs. *Community, Work & Family*, 4(3), 285–303.
- Curran, J., Wishart, P., & Gingrich, J. (1999). *JOBS: A manual for teaching people successful job search strategies*. Michigan Prevention Research Center, Institute for Social Research, University of Michigan, Ann Arbor, MI.
- Dik, B. J., & Hansen, J. I. C. (2008). Following passionate interests to well-being. *Journal of Career Assessment*, 16(1), 86–100.
- Dooley, D., Prause, J., & Ham-Rowbottom, K. A. (2000). Underemployment and depression: longitudinal relationships. *Journal of Health and Social Behavior*, 421–436.
- Dunn, A. (2014). *Rethinking Unemployment and the Work Ethic: beyond the 'Quasi-Titmuss' paradigm*. United Kingdom: Springer.
- Enn, Y. & Lopez, M. A. G. (2011). Noorsootööst ja noorte tööhõivest. M. Kannelmäe-Geerts (Toim), *Noorte töötus – kuidas seda vähendada?* (lk 45–78). Tallinn: Sihtasutus Archimedes Euroopa Noored Eesti büroo.
- Gecas, V. (1982). The self-concept. *Annual review of sociology*, 8(1), 1–33.
- Harry, J. M., & Tiggemann, M. (1992). The Psychological Impact of Work Re-entry Training for Female Unemployed Sole Parents. *Australian Journal of Social Issues*, 27(2), 75–91.

- Heatherton, T. F., & Nichols, P. A. (1994). Personal accounts of successful versus failed attempts at life change. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 20(6), 664–675.
- Horn, S. (2013). *Töötukassa teenuste sotsiaalse müügi tõhustamine kodulehe kaudu Narva linna näitel*. Publitseerimata lõputöö. Tartu Ülikool.
- Guindon, M. H., & Smith, B. (2002). Emotional barriers to successful reemployment: Implications for counselors. *Journal of Employment counseling*, 39(2), 73–82.
- Jaanus, E.-L. (2006). *Noorte tööpuudus ja tööpoliitika - arenguvõimalusi Eestis Phare projekti näitel*. Publitseerimata magistritöö. Tartu Ülikool.
- Jones, R. J., & Azrin, N. H. (1973). An experimental application of a social reinforcement approach to the problem of job-finding. *Journal of Applied Behavior Analysis*, 6(3), 345–353.
- Kalmus, V., Masso, A. & Linno, M. (2015). Kvantitatiivne sisuanalüüs. Külastatud aadressil <http://samm.ut.ee/kvalitatiivne-sisuanalyys>
- Kazjulja, M. & Roosmaa, E.-L. (2016). Mitmemõõtmeline vaesus ühiskonnas. *Sotsiaaltrendid*, 7, 121–133.
- Kiis, K. (2004). *Tööklubi - meede, mis ühendab töötut toetamisel mitteformaalse ja formaalse võrgustiku*. Eamets, R. (Toim). *Aktiivsed tööhõivemeetmed* (lk 75–85). Habaja (Harjumaa): Johannes Mihkelsoni Keskus; Kirjastus Kentaur.
- Kiis, K., Kõlamets, T. & Taul, L. (2001). *Tööklubi metoodika*. Tartu: MTÜ Johannes Mihkelsoni Keskus.
- Kimber, M. (2013). *Tööklubi roll töötute resilientisuse edendamisel Lääne-Virumaa näitel*. Publitseerimata magistritöö. Tallinna Ülikool.
- Knabe, A., & Rätzel, S. (2011). Scarring or scaring? The psychological impact of past unemployment and future unemployment risk. *Economica*, 78(310), 283–293.
- Koen, J., Klehe, U. C., & Van Vianen, A. E. (2013). Employability among the long-term unemployed: A futile quest or worth the effort?. *Journal of Vocational Behavior*, 82(1), 37–48.
- Konkurentsivõime kava „Eesti 2020“* (2017). Riigikantselei. Külastatud aadressil [https://riigikantselei.ee/sites/default/files/content-editors/Failid/eesti2020/ee2020\\_tekstiosa\\_2018-2020\\_heaks\\_kiidetud\\_26.4.2018.pdf](https://riigikantselei.ee/sites/default/files/content-editors/Failid/eesti2020/ee2020_tekstiosa_2018-2020_heaks_kiidetud_26.4.2018.pdf)
- Kuslap, E. (2016). *Projektis „Pärnumaa noored hakkavad kogukonna toel tööturule“ osalenud noorte toimetulek tööturul neli aastat hiljem*. Publitseerimata magistritöö. Tartu Ülikool.

- Kõiv, K. (2015). Human figure drawing characteristics among body dissatisfaction versus body satisfaction delinquent and nondelinquent male adolescents. In: М. Виднере, А. Домбровскис, Я. Михайлов (Ed.). *Психология переходов: Обучение. Образование. Развитие. Сборник научных статей* (pp. 99–103). Рига: Международная Высшая Школа Практической Психологии и Фонд развития психологии проводят .
- Kõre, I. (2011). *Pikaajaliselt töötute osalemine tööturumeetmetes töötute klubi näitel*. Publitseerimata bakalaureusetöö. Tartu Ülikool.
- Laherand, M-L. (2008). *Kvalitatiivne uurimisviis*. Tallinn: OÜ Infotrukk.
- Leetmaa, R. (2002). Aktiivse tööturupoliitika meetmed. *Riigikogu Toimetised*, 6, 132–141.
- Lent, R. W. (2004). Toward a unifying theoretical and practical perspective on well-being and psychosocial adjustment. *Journal of Counseling Psychology*, 51(4), 482.
- LES39: 15-29-aastased, kes ei tööta, ei õpi ega osale koolitusel (NEET-noored) vanuserühma ja isikute rühma järgi (2018). Eesti Statistikaamet. Külastatud aadressil <http://andmebaas.stat.ee>
- Liddiard, K., Batten, R., Wang, Y., Long, K., Wallis, A., & Brown, C. A. (2017). Job Club: A Program to Assist Occupational Therapy Students' Transition to Practice. *Education Sciences*, 7(3), 70.
- Liu, S., Huang, J. L., & Wang, M. (2014). Effectiveness of job search interventions: A meta-analytic review. *Psychological Bulletin*, 140(4), 1009.
- Lucas, R. E., Clark, A. E., Georgellis, Y., & Diener, E. (2004). Unemployment alters the set point for life satisfaction. *Psychological science*, 15(1), 8–13.
- Luide, Ü. (2018). *Tööklubi kasutamine ESF projektides*. Publitseerimata andmed. SA Innove.
- Machover, K. A. (1950). *Personality projection in the drawing of the human figure (A Method of Personality Investigation)* (2nd ed.). Harrower, M. (Ed.). Springfield, IL: Charles C. Thomas.
- Marksoo, Ü. (2010). Pikaajalised töötud Eesti tööturul. *Sotsiaalministeeriumi toimetised. Teemaleht*, 5, 1–21.
- Mascherini, M., Salvatore, L., Meierkord, A., Jungblut, J.-M. (2012). *NEETs Young people not in employment, education or training: Characteristics, costs and policy responses in Europe*. Luxembourg: Publications Office of the European Union.
- McIntyre, K. P., Mattingly, B. A., Lewandowski Jr, G. W., & Simpson, A. (2014). Workplace self-expansion: Implications for job satisfaction, commitment, self-

- concept clarity, and self-esteem among the employed and unemployed. *Basic and Applied Social Psychology*, 36(1), 59–69.
- Medkova, A., Villsaar, K., Ehvert K., Tammik, L. & Luhavee, T. (2017). Ülevaade tööotsingut toetavatel teenustel osalejatest ja nende edasisest käekäigust tööturul. Tallinn: Eesti Töötukassa
- Moore, T. H. M., Kapur, N., Hawton, K., Richards, A., Metcalfe, C., & Gunnell, D. (2016). Interventions to reduce the impact of unemployment and economic hardship on mental health in the general population: a systematic review. *Psychological Medicine*, 47(6), 1062–1084.
- Morsy, H. (2012). Scarred generation. *Finance & Development*, 49, 15–17.
- Must, O. (1992). Kooliadaptatsioon ja koolijõudlus. *Kooliadaptatsioon: lugemiseks pedagoogidele, koolipsühholoogidele ja teistele huvilistele* (lk 4–24). Tartu: TÜ trükikoda.
- Müller, W., & Gangl, M. (2003). The Transition from School to Work: A European Perspective. Müller, W., & Gangl, M. (Eds.), *Transitions from education to work in Europe: the integration of youth into EU labour markets*. New York: Oxford University Press Inc..
- Naglieri, J. A., MacNeish, T. J., & Bardos, A. (1991). *Draw a Person: Screening procedure for Emotional Disturbance*. Austin, TX: Pro-Ed, Inc..
- Noorte töötus: kas ELi poliitika on midagi muutnud? Hinnang noortegarantiile ja noorte tööhõive algatusele (2017). *Eriaruanne nr 5*. Luxembourg: Euroopa Kontrollkoda. Külastatud aadressil [https://www.eca.europa.eu/Lists/ECADocuments/SR17\\_5/SR\\_YOUTH\\_GUARANT EE\\_ET.pdf](https://www.eca.europa.eu/Lists/ECADocuments/SR17_5/SR_YOUTH_GUARANT EE_ET.pdf)
- Paas, T. & Philips, K. (2002). Pikaajalised töötud Eesti tööturul. Kas toetada passiivset kohanemist või aktiivset arengut. *Euroopa Liiduga liitumise mõju Eesti majanduspoliitikale, X teadus- ja arenduskonverentsi artiklid; Tartu, Eesti; 27–29. juuni 2002*. Berlin, Tallinn: Berlin Verlag Arno Spits GmbH, Mattimar, 143–150.
- Peamised statistilised näitajad (2018). Eesti Töötukassa. Külastatud aadressil <https://www.tootukassa.ee/content/tootukassast/peamised-statistilised-naitajad>
- Pikaajaline töötus on oluliselt vähenenud (2015). Eesti Statistikaamet. Külastatud aadressil <https://www.stat.ee/pressiteade-2015-088>

- Programmi „Erasmus+“ kaasatuse ja mitmekesisuse strateegia* (2014). SA Archimedes noorteagentuur. Külastatud aadressil <http://noored.ee/wp-content/uploads/2016/09/Erasmus-kaasatuse-ja-mitmekesisuse-strateegia.pdf>
- Pullmann, H. (2003). Enesehinnang. Allik, J., Realo, A., & Konstabel, K. (Toim), *Isiksusepsühholoogia* (lk 193–223). Tartu: Tartu Ülikooli Kirjastus.
- Registreeritud töötud 16–29-aastaste vanusegrupis aasta lõpu seisuga* (2018). Publitseerimata andmed. Eesti Töötukassa.
- Rife, J. C., & Belcher, J. R. (1994). Assisting unemployed older workers to become reemployed: An experimental evaluation. *Research on Social Work Practice*, 4(1), 3–13.
- Rollnick, S., Miller, W. R. & Butler, C.C. (2011). Motiveeriv intervjuerimine tervishoius. Kuidas aidata patsientidel käitumist muuta. Tallinn: Tallinna Raamatutrükikoda
- Roosimägi, H. (2016). Noorte tööelu kvaliteet kriisijärgses Euroopas. *Eesti Statistika Kvartalikirj, 3*, 81–99.
- Rutter, M. E., & Jones, J. V. (2007). The job club redux: A step forward in addressing the career development needs of counselor education students. *The Career Development Quarterly*, 55(3), 280–288.
- Ryan, R. M., & Deci, E. L. (2001). On happiness and human potentials: A review of research on hedonic and eudaimonic well-being. *Annual review of psychology*, 52(1), 141–166.
- Sage, D. (2015). Do active labour market policies promote the subjective well-being of the unemployed? Evidence from the UK National Well-Being Programme. *Journal of Happiness Studies*, 16(5), 1281–1298.
- Sharabi, M., & Simonovich, J. (2017). Weak Ties for a Weak Population: Expanding Personal Social Networks Among the Unemployed to Increase Job-Seeking Success. *Journal of Employment Counseling*, 54(1), 12–22.
- Shavelson, R. J., Hubner, J. J., & Stanton, G. C. (1976). Self-concept: Validation of construct interpretations. *Review of Educational Research*, 46(3), 407–441.
- Siimer, K., & Malk, L. (2010). Noored töötud Eesti tööturul. *Sotsiaalministeeriumi toimetised. Teemaleht, 4*, 1–19.
- Stevens, A. H., & Schaller, J. (2011). Short-run effects of parental job loss on children's academic achievement. *Economics of Education Review*, 30(2), 289–299.
- Sweeney, T. J. (2009). *Adlerian counseling: A practitioner's approach* (5th ed.). New York: Taylor & Francis.

- Sowislo, J. F., & Orth, U. (2013). Does low self-esteem predict depression and anxiety? A meta- analysis of longitudinal studies. *Psychological bulletin*, 139(1), 213.
- Townsend, P. (1979). *Poverty in the United Kingdom: a survey of household resources and standards of living*. England: Penguin Books Ltd..
- Tegevuskava Euroopa Liidu noortegarantii elluviimiseks (2015). Sotsiaalministeerium. Külastatud aadressil <https://www.sm.ee/et/noortegarantii>
- Terminite sõnastik (2018). Eesti Statistikaamet. Külastatud aadressil <https://www.stat.ee/76870?highlight=terminite%2Cs%C3%B5nastik>
- Tööhõiveprogramm 2017–2020 (2016). *Riigi Teataja I*, 2016, 12. Külastatud aadressil <https://www.riigiteataja.ee/akt/122112016012>
- Tööklubi (2017). Eesti Töötukassa. Külastatud aadressil <https://www.tootukassa.ee/content/teenused/tooklubi>
- Töölesaamist toetavad teenused (2016). *Riigi Teataja I*, 2016, 12. Külastatud aadressil <https://www.riigiteataja.ee/akt/126022016012?tegevus=telli-teavitus>
- Töötukassast (2017). Eesti Töötukassa. Külastatud aadressil <https://www.tootukassa.ee/content/tootukassast>
- Tööturg (2018). Eesti Statistikaamet. Külastatud aadressil <https://www.stat.ee/63556>
- Tööturu näitajad olid möödunud aastal head (2018). Eesti Statistikaamet. Külastatud aadressil <https://www.stat.ee/pressiteade-2018-017>
- Tööturuteenuste ja -toetuste seadus (2017). *Riigi Teataja I*, 2017, 70. Külastatud aadressil <https://www.riigiteataja.ee/akt/128122017070>
- Vaesus ja sellega seotud probleemid lastega peredes: Ülevaade Statistikaameti andmete ja kohalike omavalitsuse lastekaitsetöötajate süvaintervjuude põhjal (2011). Lasteombudsman. Külastatud aadressil [http://www.oiguskantsler.ee/sites/default/files/ylevaade\\_vaesus\\_ja\\_sellega\\_seotud\\_probleemid\\_lastega\\_peredes.pdf](http://www.oiguskantsler.ee/sites/default/files/ylevaade_vaesus_ja_sellega_seotud_probleemid_lastega_peredes.pdf)
- Van der Meer, P. H. & Wielers, R. (2016). *Happiness, unemployment and self-esteem. Research Report 16016-HRM&OB*, Netherland: University of Groningen, Research Institute SOM (Systems, Organisations and Management).
- Vuori, J., Silvonen, J., Vinokur, A. D., & Price, R. H. (2002). The Työhön Job Search Program in Finland: Benefits for the Unemployed With Risk of Depression or Discouragement. *Journal of Occupational Health Psychology*, 7(1), 5.
- Wanberg, C. R. (2012). The individual experience of unemployment. *Annual Review of Psychology*, 63, 369–396.



- WHOQOL: Measuring Quality of Life* (1997). World Health Organization. Külastatud aadressil [http://www.who.int/mental\\_health/media/68.pdf](http://www.who.int/mental_health/media/68.pdf)
- Wrightson, L., & Saklofske, D. H. (2000). Validity and reliability of the Draw A Person: Screening Procedure for Emotional Disturbance with adolescent students. *Canadian Journal of School Psychology*, 16(1), 95–102.
- Wu, X., & Li, J. (2013). *Economic growth, income inequality and subjective well-being: Evidence from China. Population Studies Center Research Report*. USA: University of Michigan. Institute for Social Research.
- Yalom, I. D., & Leszcz, M. (2005). *The theory and practice of group psychotherapy* (5th ed.). New York, NY, US: Basic Books.
- Zedlewski, S., & Nichols, A. (2012). *What Happens to Families' Income and Poverty after Unemployment?*. Washington, DC: The Urban Institute.

## Lisad

### Lisa 1. Eluga rahulolu ja üldise negatiivse enesehinnangu ning mina kirjelduste ankeedid

Hea vastaja! Igaüks meist mõtleb aeg-ajalt endale – mida ta kavatseb teha, millised on ta omadused ja soovid. Palume Teie kaasabi lühikese küsimustiku täitmisel. Küsimustik on anonüümne ning kogutud andmeid kasutatakse teadustöös. Täname Teid ette tehtud töö ja nähtud vaeva ning ausate vastuste eest!

#### KÜSIMUSTIK A

*Tee ristike Sulle sobivase kohta igal real üheksa küsimuse all. Mõtle selle peale, kui rahul oled Sa oma eluga. Palun vasta nii, nagu Sa tegelikult mõtled, sest selles küsimustikus pole õigeid ja valesid vastuseid.*

**1. Ma olen rahul sellega, kuidas mu elu kulgeb.**

☐ mitte kunagi   ☐ mõnikord   ☐ sageli   ☐ peaaegu alati

**2. Mul läheb elus hästi.**

☐ mitte kunagi   ☐ mõnikord   ☐ sageli   ☐ peaaegu alati

**3. Mu elu on just selline, nagu peab.**

☐ mitte kunagi   ☐ mõnikord   ☐ sageli   ☐ peaaegu alati

**4. Ma sooviksin muuta paljusid asju oma elus.**

☐ mitte kunagi   ☐ mõnikord   ☐ sageli   ☐ peaaegu alati

**5. Ma soovin, et mu elu oleks teistsugune.**

☐ mitte kunagi   ☐ mõnikord   ☐ sageli   ☐ peaaegu alati

**6. Mul on hea elu.**

☐ mitte kunagi   ☐ mõnikord   ☐ sageli   ☐ peaaegu alati

**7. Mulle meeldib kõik see, mis minuga juhtub/toimub.**

☐ mitte kunagi   ☐ mõnikord   ☐ sageli   ☐ peaaegu alati

**8. Mul on kõik, mida eluks vajan.**

☐ mitte kunagi   ☐ mõnikord   ☐ sageli   ☐ peaaegu alati

**9. Mu elu on parem kui enamikel inimestel.**

☐ mitte kunagi   ☐ mõnikord   ☐ sageli   ☐ peaaegu alati

## KÜSIMUSTIK B

*Tee ristike Sulle sobivase kohta igal real kuue küsimuse all.*

**1. Aegajalt ma mõtlen, et ma ei kõlba kuhugi.**

☐ mitte kunagi ☐ mõnikord ☐ sageli ☐ peaaegu alati

**2. Mulle tundub, et mul ei ole kunagi palju põhjust enda üle uhke olla.**

☐ mitte kunagi ☐ mõnikord ☐ sageli ☐ peaaegu alati

**3. Aegajalt ma tunnen, et ma olen täiesti kasutu.**

☐ mitte kunagi ☐ mõnikord ☐ sageli ☐ peaaegu alati

**4. Kokku võttes kaldun ma arvama, et olen hädavares.**

☐ mitte kunagi ☐ mõnikord ☐ sageli ☐ peaaegu alati

**5. Ma sooviksin muuta paljusid minusse puutuvaid asju.**

☐ mitte kunagi ☐ mõnikord ☐ sageli ☐ peaaegu alati

**6. Ma olen tahtnud sageli olla hoopis teine inimene.**

☐ mitte kunagi ☐ mõnikord ☐ sageli ☐ peaaegu alati

## KÜSIMUSTIK C

*Lõpeta palun laused. Palun vasta nii, nagu Sina tegelikult mõtled, sest selles küsimustikus pole õigeid ja valesid vastuseid.*

**Ma tahan...**

**Ma suudan...**

**Ma tunneksin ennast ilmselt paremini, kui ma...**

**Ma pean...**

**Sel nädalal alustasin ma...**

*Sugu:*

*Vanus:*

*Haridus:* ☐ Algharidus ☐ Õhiharidus ☐ Üldkeskharidus ☐ Kõrgharidus peale põhiharidust

☐ Kutseharidus pärast üldkeskharidust ☐ Kõrgharidus

*Tööta olemise perioodi pikkus (kuud ja/või aastad):*

*Kuupäev:*

*Täname Teid vastamast.*

Tartu Ülikool, Haridusteaduste instituut. Magistrant, Pilleriin Salum

## Lisa 2. Kodeerimisjuhend avatud küsimustega uuritavate mina kirjelduste ankeedi vastuse analüüsiks

Kategooria	Alakategooria	Kood	Tsitaadid
Töötamine ja kutse omandamine	Töötamine	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Töötamine</li> <li>- Tööotsingud</li> <li>- Tööpraktika</li> </ul>	<p>„Sel nädalal alustasin ma tööga“ (K30), „Ma suudan teha kvaliteetset tööd“ (K17)</p> <p>„Ma tunneksin ennast ilmselt paremini, kui ma saan endale väärilise töökoha“ (K20), „Ma pean tööle minema“ (K22)</p> <p>„Sel nädalal alustasin ma tööpraktikal käimist“ (K33), „Ma tahan tööpraktikast maksimumi võtta“ (K28)</p>
	Kutseõpingud, õpingud, koolitus, elukutse omandamine, teadmised, karjäär, elukestev õpe	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Õpingud/te alustamine/lõpetamine</li> <li>- Koolitus</li> <li>- Elukutse omandamine</li> <li>- Karjääriplaneerimine</li> <li>- Teadmiste omandamine</li> <li>- Elukestev õpe</li> </ul>	<p>„Ma tahan esimesena põhikooli sisse astuda uuesti“ (K16), „Ma tahan lõpetada Tartu Ülikooli“ (K22)</p> <p>„Ma tahan saada koolitust lastehoiu valdkonnas“ (K23), „Ma tunneksin ennast ilmselt paremini, kui ma olen koolituse lõpetanud“ (K1)</p> <p>„Ma tahan olla professionaal“ (K28), „Ma tahan saada noorsootöötajaks“ (K11)</p> <p>„Sel nädalal alustasin ma karjäärinõustamisele minemisega (kokkuleppega tel.teel), kui sammuga oma unistuste töökoha poole (K14)“ „Ma tunneksin ennast ilmselt paremini, kui ma vahetaksin tulevikus eriala“ (K34)</p> <p>„Ma pean saama rohkem teadmisi“ (K23), „Ma suudan õppida /.../“ (K16)</p> <p>„Ma pean pidevalt õppima, arenema ja katsetama“ (K28)</p>
Positiivne mina	Eneseusaldus ja eneseusk	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Enese aktsepteerimine</li> <li>- Enesekindlus</li> </ul>	<p>„Ma suudan olla mina ise“ (K5), „Ma tahan saada endaga rahulolevaks“ (K33)</p> <p>„Ma tunneksin ennast ilmselt paremini, kui ma oleksin enesekindlam /.../“ (K35)</p>

		<ul style="list-style-type: none"> <li>- Eneseusaldus</li> <li>- Eneseusk</li> <li>- Eneserahulolu</li> <li>- Enesejulgus</li> <li>- Eneseausus</li> <li>- Eneseväärtustamine</li> <li>- Õnnelikkus</li> </ul>	<p>„Ma pean ennast usaldama“ (K9)</p> <p>„Ma suudan teha asju, mis mind rõõmsaks teevad“ (K3), „Ma tunneksin ennast ilmselt paremini, kui ma tunnen, et teen enda elus õigeid asju“ (K36)</p> <p>„Ma tahan leida tööelus samasugune rahulolu nagu see on mu elu teistes valdkondades“ (K34)</p> <p>„Ma tunneksin ennast ilmselt paremini, kui ma ei kardaks nii palju“ (K11)</p> <p>„Ma tunneksin ennast ilmselt paremini, kui /.../ mu teod oleksid mõtetega kooskõlas“ (K10)</p> <p>„Ma suudan ennast austada ja väärtustada“ (K6), „Ma pean iseend väärtustama“ (K5)</p> <p>„Ma tahan olla õnnelik“ (K2)</p>
	Eneseanalüüs	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Eneseanalüüs</li> </ul>	<p>„Ma suudan leida analüüsi teel oma nõrku ja tugevaid külgi“ (K14), „Ma suudan näha oma tugevaid külgi /.../“ (K34)</p>
	Enesedistsipliin ja enesekontroll	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Enesedistsipliin</li> <li>- Enesekontroll</li> </ul>	<p>„Ma tunneksin ennast ilmselt paremini, kui ma oleksin töökam“ (K30), „Ma pean olema järjepidev“ (K28)</p> <p>„Ma pean jääma rahulikuks nagu ma kunagi varem seda olin“ (K7)</p>
	Muutus seoses endaga	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Positiivne muutus seoses endaga</li> <li>- Probleemid seoses minaga</li> </ul>	<p>„Sel nädalal alustasin ma uue lehega“ (K11), „Ma pean hakkama iseseisvalt mõtlema“ (K3), „Ma suudan muuta oma elu paremaks, kui ta seni on“ (K15)</p> <p>„Ma tahan vähem muret täis elu“ (K16), „Ma tahan rahu /.../“ (K7), „Ma pean liiga tihti tegelema teiste inimeste muredega“ (K17)</p>
	Positiivsed isiksuse jooned	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Positiivsed isiksuse jooned</li> </ul>	<p>„Ma suudan täita oma lubadusi“ (K21), „Ma suudan olla sihikindel ja motiveeritud“ (K12)</p>
	Mina ja tahteline tegevus	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Ajaplaneerimine/tegevuse planeerimine</li> </ul>	<p>„Sel nädalal alustasin ma kindla plaani ja ajakava loomisega“ (K6)</p>

		<ul style="list-style-type: none"> <li>- Eesmärkide seadmine/eesmärkide saavutamine</li> <li>- Tahe</li> <li>- Tahtekindlus</li> <li>- Sõltumatus</li> <li>- Pingutus/eneseületamine</li> </ul>	<p>„Ma suudan seada omale eesmärke ja neid täita“ (K8), „Ma suudan oma eesmärgid täide viia“ (K36)</p> <p>„Sel nädalal alustasin ma tahte treenimisega“ (K10), „Ma suudan saada oma elu joone peale“ K3</p> <p>„Sel nädalal alustasin ma joomise lõpetamisega“ (K5)</p> <p>„Ma tahan elada iseendale“ (K5), „Ma tunneksin ennast ilmselt paremini, kui ma ei sõltuks enam oma vanematest“ (K4)</p> <p>„Ma pean saama hakkama“ (K11), „Ma suudan ennast ületada“ (K6)</p>
	Tervis	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Füüsiline välimus</li> <li>- Füüsiline tervis</li> <li>- Aktiivne liikumine</li> </ul>	<p>„Ma tahan olla peenike“ (K33), „Ma pean dieetile minema“ (K26)</p> <p>„Ma tahan potentne olla“ (K10), „Sel nädalal alustasin ma pere toitmise muutmisega“ (K1)</p> <p>„Sel nädalal alustasin ma trenniga“ (K12), „Ma pean vahel ka õues käima“ (K18)</p>
Oskused ja suhted	Enesekohased oskused	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Autojuhtimisoskus</li> </ul>	<p>„Ma tunneksin ennast ilmselt paremini, kui ma omaksin autojuhilube“ (K29)</p>
	Sotsiaalne kompetentsus	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Lapsevanema kompetents</li> <li>- Suhtlemiskompetentsus</li> <li>- Eluga hakkama saamine</li> </ul>	<p>„Ma suudan olla veel parem /.../ema /.../“ (K36), „Ma tunneksin ennast ilmselt paremini, kui ma oskaksin oma lastega paremini hakkama saada, osata nendega paremini ümber käia, vajadusi mõista“ (K2)</p> <p>„Ma pean rohkem ütlema EI“ (K8)</p> <p>„Ma suudan hakkama saada elus“ (K22)</p>
	Suhted	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Lähedaste inimestega seotus</li> <li>- Lähedaste suhete loomine</li> </ul>	<p>„Ma pean elukaaslast austama ja hoidma“ (K13), „Ma tahan oma elu korda saada /.../ suhetega elukaaslase suhtes“ (K14)</p> <p>„Ma tunneksin ennast ilmselt paremini, kui ma leiaksin enda kõrvale inimese, kes mind kodus ootaks ja toetaks kui päev on läinud kehvasti“ (K16)</p>

Välised asjaolud	Vaba aeg	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Lugemine</li> <li>- Vaba aeg</li> <li>- Mängimine</li> <li>- Looming</li> <li>- Hobid</li> </ul>	<p>„Sel nädalal alustasin ma uute suhete parandamise mõtete lugemisega jätkamisega“ (K13)</p> <p>„Ma tahan vaba aega“ (K24), „Ma tunneksin ennast ilmselt paremini, kui ma võtaksin endale rohkem aega“ K11</p> <p>„Sel nädalal alustasin ma Forza Horizon 3 mängu mängimist (manchild) Ma olen mängus aga mängud on igavaks läinud“ (K30)</p> <p>„Ma suudan luua oma lugusid“ (K28), „Sel nädalal alustasin ma kirjutamise katsetamisega“ (K15)</p> <p>„Ma tunneksin ennast ilmselt paremini, kui ma saaksin tegeleda oma hobidega“ (K22)</p>
	Materiaalne heaolu ja väline tunnustus	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Materiaalne heaolu</li> <li>- Edu elus</li> <li>- Tunnustus</li> </ul>	<p>„Ma tahan oma enda kodu“ (K17), „Ma tunneksin ennast ilmselt paremini, kui ma oleks materiaalselt paremini kindlustatud“ (K1)</p> <p>„Ma suudan palju saavutada“ (K28), „Ma tahan olla edukas“ (K31),</p> <p>„Ma tahan olla tunnustatud“ (K7),</p>
Ei ole soove	Ei taha midagi	- Ei taha midagi	„Ma tahan mitte midagi“ (K27)

**Lihtlitsents lõputöö reprodutseerimiseks ja lõputöö üldsusele kättesaadavaks tegemiseks**

Mina, Pilleriin Salum (sünnikuupäev: 11.11.1984)

1. annan Tartu Ülikoolile tasuta loa (lihtlitsentsi) enda loodud teose, „Tööklubi programmi mõju 16–29-aastaste töötute hinnangutele oma mina kohta“, mille juhendaja on Kristi Kõiv,
  - 1.1.reprodutseerimiseks säilitamise ja üldsusele kättesaadavaks tegemise eesmärgil, sealhulgas digitaalarhiivi DSpace-is lisamise eesmärgil kuni autoriõiguse kehtivuse tähtaja lõppemiseni;
  - 1.2.üldsusele kättesaadavaks tegemiseks Tartu Ülikooli veebikeskkonna kaudu, sealhulgas digitaalarhiivi DSpace'i kaudu kuni autoriõiguse kehtivuse tähtaja lõppemiseni.
2. olen teadlik, et punktis 1 nimetatud õigused jäävad alles ka autorile.
3. kinnitan, et lihtlitsentsi andmisega ei rikuta teiste isikute intellektuaalomandi ega isikuandmete kaitse seadusest tulenevaid õigusi.

Tartus, 28.05.2018